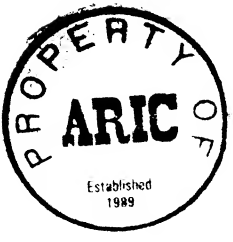
معیوبین و جامعه

معیوبین و جامعه



نویسندگان:

دپلوم انجنیر محمد هاشم رهین

محمد سرور عزیزی

جلات خان حکمتی

۱۳۷۸

نام کتاب	:	معیوبین و جامعه
نویسندگان	:	دپلوم انجنیر محمد هاشم رهین
		محمد سرور عزیزی
		جلات خان حکمتی
ناشر	:	کتابخانه های سیار اریك
کمپوزر	:	امان الله رفیع
سال طبع	:	۱۹۹۹/۱۳۷۸
جای طبع	:	پشاور

بسم الله الرحمن الرحیم

اریك از دو سال به این سو پروگرام ارسال کتابخانه های سیار را به ولایات مختلف افغانستان رویدست گرفته است. کتابخانه های سیار به شکل صندوقهای فلزی ساخته شده، در محل خاصی گذاشته میشود، مردم منطقه می آیند، کتابهارا به طور امانت می برند، میخوانند و به مردم گرد و نواح خویش میشنوانند، بعد ازان دوباره برمی گردانند و به عوض آن کتابهای دگری را می برند و بدینترتیب تمام کتب کتابخانه در منطقه خوانده می شوند و بعد از آن این کتابخانهٔ سیار به منطقه دگری منتقل می شود.

ما تلاش ورزیده ایم برای این کتابخانهٔ سیار کتابهایی را گرد آوریم که از سویی زبان آن ساده و روان باشد و از جانبی مطالب مورد نیاز مردم را داشته باشند تا آنها را در زنده گی روزمرهٔ شان مثل زراعت، مالداری، صنایع دستی، مرغداری و غیره مدد رسانند.

ما در پهلوی کتابخانه های سیار این سروی را نیز انجام می دهیم که مردم به چه نوع آثارو مواد نیاز دارند، و میکوشیم خواسته ها و مواد مورد نیاز آنانرا تثبیت و تشخیص نماییم. متأسفانه درینباره کتب مطلوب را بدست آورده نتوانستیم تا در کتبخانه های سیار آنها را به خدمت خواننده گان عزیز پیشکش نماییم.

برای پرکردن این خلا سال پار پیشنهادی به UNOCHA تقدیم شد تا مارا در جهت چاپ و انتشار تعدادی از کتب مورد نیاز و مفید برای خواننده گان ما مساعدت کنند و برای کار سیستماتیك و بهتر یك هیأت مشترك نماینده گان اداره "اریك"و عده یی از محققان و نویسنده گان انتخاب گردیدند تا کار را آغاز نمایند و کتابهای مورد نیاز را یاخود و یا هم توسط مولفان و نویسنده گانی که در موضوع تخصص و مهارت کافی دارند، تهیه کنند و تمام مراحل پلانگذاری، تهیه، چاپ و انتشار آن را مشترکاً به پیش ببرند. این هیأت متشکل است از همکار صمیمی افغانها خانم نانسی هچ دوپری، حبیب الله رفیع، سر محقق زلمی هیواد مل، حسین فخری، محمد فهیم رحیمیار و محمد رفیع.

ما از تمام خواننده گان عزیز خویش در دهات، شهرهای مختلف کشور که از کتابخانه های سیار ما مستفید می گردند متوقعیم که نیازها، خواسته هاو پرسشهای خویش را به ما بفرستند و از تمام نویسنده گان و عالمان کشور تقاضا میکنیم که درین راه با ما همگام گردند تا بتوانیم برای مردم خویش کتب بهتر و مفید تری را تقدیم نماییم!

با احترام

"ادارهٔ کتابخانه های سیار اریك"

فهرست

عنوان	صفحه
پیشگفتار	۱
معیوبیت چیست	۳
انواع معیوبیت	۴
بازتوانی	۱۹
اقسام بازتوانی	۲۲
کاریابی و کاریاری	۲۹
طریقه کار، کاریابی چیست	۴۱
خانواده و جامعه	۴۵
فعالیتهای اجتماعی	۶۰
فراهم سازی تعلیمات مکتب	۶۹
خدمات مراقبت صحی برای جامعه تان	۷۴

از سلسله نشریات کتابخانه سیار اریک

نمبر مسلسل ۱۹

پیشگفتار

معیوبین یك قشر عمدهٔ جامعه را تشکیل میدهند. در افغانستان به اساس سرویهایی که صورت گرفته ۳ الی ۴ فیصد مردم معیوبیت شدید دارند به علت های مختلف معیوب شده اند به بازتوانی ضرورت دارند.

جنگ ۲۰ ساله در کشور از علت های عمدهٔ معیوبیت به شمار میرود. تعدادی از مردم مستقیماً در جنگ اعضأ و حواس شان را از دست داده اند و تعداد دگر آن بنا بر قلت خدمات صحی و اجتماعی که آن هم از تاثیرات جنگ میباشد - معیوب شده اند.

ماین های زمینی بقایای جنگ در کشور بوده که فیصدی زیاد مردم توسط آن زنده گی خود را از دست داده، یا معیوب شده اند. نبودن واکسین ها و غذاهای کافی نیز از علت هایی است که باعث معیوبیت شده است.

علت های عمدهٔ معیوبیت ضرورت به اتخاذ اقداماتی دارد تا از معیوبیت جلوگیری شود و برای باز توانی معیوبین در جامعهٔ افغانستان باید عملاً کار شود. شماری از معیوبیت ها توسط منابع دست داشته و آگاهی دادن به مردم کاهش میپذیرد.

در پهلوی جلوگیری از معیوبیت ها و آگاهی دادن به مردم بازتوانی معیوبین نیز اهمیت فراوان دارد. باز توانی معیوبین آنها را به این قادر خواهند ساخت تا در زنده گی متکی به خود گردند، بار دوش فامیل و جامعه نباشند و در امور اجتماعی سهیم گردند.

در شرایط فعلی کشور که زیر بناها وسیستم دولتی در کشور بیش از حد متضرر شده، فراهم کردن خدمات و اجرای کار عملی برای باز توانی معیوبین و جلوگیری از معیوبیت ها توسط دولت کار مشکلی به نظر میرسد به همین دلیل است که موسسات غیر دولتی و پروگرام انکشافی ملل متحد در این بخش وارد عمل شده اند پروگرام همه جانبهٔ معیوبین افغان که یکی از پنج بخش پروگرام انکشافی ملل متحد میباشد و به نام CDAP (سی، دی، ای، پی) یاد میشود به همکاری سایر مونسات غیر دولتی برای جلوگیری از معیوبیت ها و بازتوانی معیوبین در افغانستان کار میکند.

طوری که از نام این پروگرام فهمیده میشود یك پروگرام همه جانبه میباشد و برای تمام معیوبیت ها که انواع آن در صفحه های بعدی ذکر خواهد شد، برای اطفال، زنان و مردان کار میکند.

این پروگرام کوشش میکند تا با امکانات دست داشته اش به مردم آگاهی دهد، مردم را در شناختن ضرورت های معیوبین و حتی دیگر گروههای نیازمند، به خصوص اطفال و زنان دخیل سازند.

این دفتر میکوشد تا تمام منابع موجود در جامعه را همآهنگ کند و در صورت ضرورت برای بازتوانی معیوبین و توانمند ساختن اطفال و زنان بی بضاعت تاحد امکان منابع و امکانات دیگر را فراهم سازد.

پروگرام همه جانبهٔ معیوبین افغان در ۵۸ ولسوالی ٦٩ مرکز ولایات: تخار، بدخشان، بغلان، کندز، سمنگان، بلخ، جوزجان، لوگر، وردك، غزنی، قندهار، فراه و هرات کار میکند.

سی، دی، ای، پی علاوه بر ولسوالی ها و ولایات فوق در کابل نیز بعضی موسسات دیگری را که با معیوبین کار میکنند تمویل مینماید و در آینده میخواهد در برنامه عمومی ملل متحد در بامیان نیز در بخش معیوبین، اطفال و زنان کار کند.

معیوبیت چیست:

شما در جامعه و محیط دیده باشید که مردم به معیوبیت های مختلف مبتلا میباشند. بعضی از مردم شاید یك دست، هردو دست، یك پا و یا هردو پا را از دست داده باشند. یا شاید یك دست یا هردو دست شخص ضعیف باشد یا یك پای آنها کوتاه باشند یا هم در حرکت کردن مشکلات داشته باشد. و یا هم در حرکت کمر مشکلات داشته باشد و یا هم کمر بعضی اشخاص سؤ تشکل داشته باشد و یا بعضی مردم و اطفال مشکلات شنیدن و حرف زدن داشته باشند. عمده یی شاید چشمهای خویش را از دست داده باشند. این گونه مردم در جامعه ما و شما به نام معیوبین شناخته میشوند.

همچنان میگوییم که معیوبیت به معنای نداشتن توان در اجرای یك فعالیتی که یك انسان عادی آنرا انجام میدهد، میباشد. معیوبیت در مثال هایی که در بالا ذکر شد خلاصه نمیشود و به تشریح اضافی ضرورت دارد. معیوبیت باعث محدود شدن نقش انسان از نقطه نظر اجتماعی میشود و بعضی اوقات مانع نقش اجتماعی میشود. ما و شما بحیث اعضای اجتماع چنین فکر میکنیم ولی اکثر معیوبین میگویند که معیوبیت نه، بلکه اجتماع یا مردم جامعه برای معیوبین مشکلات و محدودیت ها را به میان میآورند. آنها استدلال میکنند که اگر مردم در مقابل مردم معیوب برخورد منفی نکند و ضرورتهای معیوبین را درك کنند محدودیت ها از بین میرود.

به طور مثال آنها میگویند که اگر در وقت ساختن خانه ها و تعمیرات ضرورت های معیوبین در نظر گرفته شود و برای معیوبین کارها و مشاغل مناسب

داده شود و دیگر موانع از سر راه آنها برداشته شود دشواریهای زنده گی روزمرهٔ آنها کم گردیده و یا از بین میرود.

به هر صورت در هر دو حالت معیوبیت هم برای جامعه و هم برای افراد معیوب مشکلات را به وجود میآورد به خاطری که جامعه از معیوبین و معیوبین از جامعه میباشند.

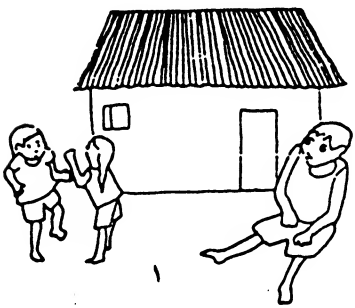
انواع معیوبیت:

در بحث گذشته به معیوبیت اشاره شد و خیلی مختصر راجع به چند نوع معیوبیت که در محیط شما دیده میشود مثال ها داده شد. ولی ضروری است تا قبل از این که راجع به بازتوانی و انواع بازتوانی صحبت کنیم انواع معیوبیت را به شکل خوبتر بشناسیم.

در ذیل راجع به هفت کتگوری شناخته شدهٔ معیوبیت معلومات داده میشود. البته در وقتی که راجع به معیوبیتهای مختلف صحبت میکنیم، در حصهٔ معرفی بعضی معیوبیتها در کار برد کلمهٔ معیوبیت به دشواریهایی بر میخوریم.

مشکلات حرکی:

شخصی که مشکلات حرکی دارد قادر نخواهد بود که یا از دست ها یااز بازوها و یا پاهای خود استفاده کند.



۱

یك شخص شاید به اثر مرض پولیو و یا کدام علت دگر از حرکت کافی پاهای خود محروم باشد و پاهایش شخ و ضعیف باشد.(ش۱)

شاید شخصی تمام و یا

قسمتی از یك و یا هر دو بازو و یا یك و یا هر دو پای خود را از دست داده باشد، این گونه اشخاص نیز مشکلات حرکی میداشته باشند.(ش۲)

۲

شاید مفاصل و یا کمر شخص، شخ و درد داشته باشد، بنا این شخص مشکلات حرکی دارد.(ش۳)

۳

بعضی مردم با مشکل حرکی تولد شده اند و شماری دگر شاید به علت مریضیها و یا تصادمات به این مشکل روبه رو شده باشند.(ش۴)

٤

مشکلات حرکی همچنان میتواند که از اثر عمر زیاد به میان آمده باشد. همچنان موجودیت مریضیها در مفاصل و یا کمر نیز سبب مشکل حرکی شده میتواند.

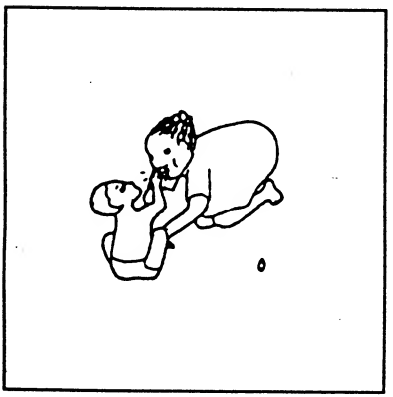
جنگ و ماین های زمینی نیز اشخاص را معیوب نموده، بالاخره به مشکلات حرکی مواجه میسازد. اشخاصی که به مشکلات حرکی مواجه اند از دگر اشخاص متفاوت معلوم میشوند. بد شکلیهای اعضای بدن و یانداشتن قسمتی و یا تمام اعضای بدن باعث میشوند که شخص از دگر اشخاص متفاوت معلوم شود.

اشخاصی که مشکلات حرکی دارند شاید در خوردن، فعالیتهای سپورتی، نوشیدن، کالا و یا لباس پوشیدن، راه رفتن، نشستن، ایستادن محدودیت هایی داشته باشند.

اگر شخص معیوب در حرکت کردن مشکلات داشته باشد و وسایل و راه

های حل برای مشکلات وی فراهم نگردد شاید مشکلات سلوکی نیز پیدا کند. به طور مثال اگر کوشش نشود که برای شخص مذکور کدام راهی که مشکل وی را حل کند و یا کدام وسیله یی که به وی در حرکت کردن کمك نماید در نظر گرفته نشود یا فراهم نگردد، شاید شخص مذکور از دگران کمك بخواهد. که این کار شخص مذکور را به دگران متکی میسازد و متکی بدیگران شدن خود باعث اندوه وخفقان شخص میگردد.

همچنان این موضوع باعث خواهد شد که شخص مذکور کار هایی را که انجام داده میتواند، انجام ندهد.



مشکلات در دیدن:

بعضی اشخاص در دیدن مشکلات میداشته باشند. این گونه اشخاص شاید چشمان خود را در اثر مریضی از دست داده باشند. یا هم شاید نابینا به جهان آمده باشند و شما شاید دیده باشید که چشم های بعضی اطفال از طفولیت پرده میداشته باشد.(ش۵)

بعضی اشخاص شاید در اثر کمبود ویتامین E چشمهای خود را از دست داده باشند و یا هم شاید چشمان شان ضعیف باشند.

چشمهای بعضی اشخاص شاید سالم به نظر بخورند ولی شاید دید نداشته باشند. بعضی اشخاص شاید چشمهای شان را در اثر انفجار ماین و یا هم در اثر حادثهٔ نا گوار دگری از دست داده باشند و بعضی اشخاص شاید در اثر حوادث

دیگری چشمهای خویش را از دست داده باشند.

افزون از نابینایی شاید شماری از افراد جامعه در راه رفتن، حرکت کردن، خوردن و نوشیدن، رفتن به مکتب، آموختن سواد، پوشیدن لباس، حمام گرفتن مشکلات و محدودیت ها داشته باشند. اگر به این گونه اشخاص شیوه های راه رفتن، خوردن و نوشیدن، لباس پوشیدن و حمام گرفتن فهمانده نشود شاید به دگران متکی شوند. متکی شدن به دگران شخص را غمگین میسازد.

همچنان عاجز بودن از اجرای شماری از کار ها فرد را از جامعه دورمیسازد به گونه مثال اگر شخصی مشکل بینایی داشته باشد و به دهکده اش رفته منتواند، در مراسم خوشی و غم مردم خود شرکت کرده نمی تواند.

این گونه اشخاص وافراد بایستی آموزش بینند و مردم جامعه باید از محدودیت های این گونه اشخاص باخبر باشند و با آنها همکاری نمایند تا محدودیتهای شان از بین بروند و یا هم حداقل کاهش یابند.

مشکلات در شنیدن و حرف زدن:

بعضی اشخاص در گپ زدن مشکل میداشته باشند، بعضی اشخاص در شنیدن مشکلی دارند و بعضی اشخاص هم در گپ زدن و هم در شنیدن مواجه با مشکلی استند. و حتی بعضی اشخاص بکلی نه شنیده میتوانند و نه حرف زده میتوانند.

بعضی اطفال که به دنیا می آیند و نمی توانند از دیگران گپ زدن بیموزند. بعضی اطفال با شنوایی کم تولد میشوند خانواده و والدین آن از وضع آگاهی کامل ندارند، فکر میکنند که طفل شان به کلی کر است و در بارهٔ طفل توجه نمیکنند و بالاخره طفل در گپ زدن مشکلات پیدا میکند.

بعضی اشخاص شاید زبان و یا حس شنوایی خویش را در اثر حوادث از دست داده باشند. و بعضی اشخاص هم شاید در اثر انفجار و صداهایی که از حد

زیاد بلند باشند حس شنوایی شان را از دست داده باشند.

اشخاصی که به مشکلات شنوایی و تکلم مواجه اند در افهام و تفهیم با دگر اشخاص مشکلات دارند.

معنای افهام و تفهیم اینست که اشخاص به همدگرشان معلومات داده و گفتنیهای یکدگر را بدانند مردم برای گفتن نظریات، ضروریات و احساسات خود با یکدگر مفاهمه نموده، همه مردم میخواهند که افکار، ضروریات و احساسات شان را به دگران بیان کنند.

مردم به چندین طریقهٔ ذیل افهام و تفهیم میکنند:

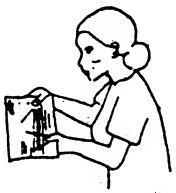
یك شخص گپ میزند و شخص دگر گفتنیهای او را میشنود و مقصدش را میداند.(ش٦)

٦

یك شخص توسط استفاده از حرکات دستها، روی و یا جسم خود معلومات میدهد و شخص دگر این معلومات را درك میکند.(ش٧)

٧

یك شخص چیزی مینویسد و شخص دیگر آن را میخواند.(ش٨)



٨

اکثر مردم همهٔ این روش ها را برای افهام و تفهیم بکار میبرند ولی از روش های گپ زدن و شنیدن بیشتر استفاده میشود. بناءً اشخاصی که به مشکلات

شنوایی و تکلم دچار اند در افهام و تفهیم با دیگران و در خانواده و جامعه نیز مشکلات دارند.

اشخاصی که مشکل حرف زدن و شنیدن داشته باشند در آموزش و کسب مطالب نو و تازه مشکلات میداشته باشند.

این گونه اشخاص شاید در بین خود به یك مفاهمه برسند ولی طوری که گفته شد شاید با دگران در خانواده و جامعه مشکل افهام و تفهیم داشته باشند.

اشخاصی که مشکل حرف زدن و شنیدن دارند چندین طریقه برای حل مشکل آنها وجود دارد:

زبان اشاره که اکثراً بین این اشخاص استعمال میشود. این گونه زبان به استفاده از حرکات دست ها، روی و جسم صورت میگیرد.

مشکل این زبان در این است که این زبان در بین تمام اشخاصی که مشکل حرف زدن و شنیدن میداشته باشند، عام نیست. و تمام مردم این زبان را خوب نمی فهمند.

به اشخاصی که در شنیدن و حرف زدن مشکلات دارند آموختن خط ویژه بخشی از زبان اشاره است که حروف آن به اشارات مخصوص انگشتان دست ارائه و بیان میشود.

اگر اشخاص مبتلا به مشکل گپ زدن و شنیدن این خط را بیاموزند یا حداقل حروف و الفبای معمول را خوانده بتوانند، کتاب و نامه های دیگران را نیز خوانده میتوانند.

قابل یاد آوری است که جهت از بین بردن مشکلات این نوع معیوبین لازم است که مردم لسان اشاره را بدانند تا بتوانند با این معیوبین افهام و تفهیم نمایند.

مشکلات در راه آموختن (به معیوبین ذهنی)

اشخاصی که مشکل آموختن دارند از اشخاص هم سن بطی تر رشد میکنند و یا شاید رشد آنها متوقف شود. به این علت شاید طفل و یا بزرگان را که آموزش میدهید مانند اشخاص خورد سن از خود رفتار نماید و شاید شخص توانایی های اشخاص هم سن خود را نداشته باشد.(ش۹)

۹

مشکل آموختن به علت صدمات مغزی به وجود میآید. صدمات مغز اثر مریضی ها و یا در اثر صد ماتی که به سرو ارد میشوند به وجود میآید. این صدمات قبل و بعد از تولد به وجود آمده میتوانند.

بعضی اطفال مدت طویلتری را نسبت به دگران در آموختن چیزهای جدید ضرورت دارند. چنین اطفال به کمك بیشتر و وقت طویلتر برای آموزش ضرورت خواهند داشت.

این گونه اشخاص به ویژه کودکانی که این گونه مشکلات میداشته باشند، شاید در فهمیدن، شنیدن، دیدن، بوی کردن، چشیدن و فهمیدن حوادثی که به اطراف شخص رخ میدهد، مشکلات داشته باشند. طوریکه گفته شد، این گونه کودکان و اشخاص به کار و فعالیت زیاد ضرورت دارند تا به طریقه های مختلف چیزهای جدید را بیاموزند.(ش۱۰)

طریقه های زیادی وجود دارد که طفل را در آموزش فعالیتهایش کمك میکند. به طور مثال:

۱۰

۱۱

اجرأ کردن فعالیتهایی که طفل دیده و شنیده میتواند.

تشریح کردن و صحبت با طفل در بارهٔ فعالیت هایی که در چهار اطراف طفل و یا برای طفل انجام میشود و یا هم طفل آنرا انجام میدهد. اجرأی فعالیتها همراه باشخص یا طفل تشویق کردن شخص و یا طفل به اجرای فعالیت هایی که بدون کمك کردن برایش ممکن باشد.(ش۱۱)

از این تشریح واضح میشود که این گونه اطفال و اشخاص به کمك خانواده و جامعه ضرورت دارند تا برای آنهافعالیتهای جدید را بیاموزد.

حوصله مندی افراد جامعه و فامیل در آموزش دادن به اشخاص مذکور، آنها را قادر به این خواهد کرد، که فعالیتها را خود شان انجام بدهند، بار دوش فامیل و جامعه نشوند و در پیشبردامور اجتماعی سهم فعال گیرند.

مشکلات حسی یا نداشتن حس در دست ها پاها و بعضی حصه های بدن:

بعضی اشخاص شاید در دست ها، پاها و یا کمر خود مشکلات حرکی داشته باشند ولی مشکل بی حسی نداشته باشند.

بعضی اشخاص در پاها و دست های معیوب خویش شاید مشکل بی حسی داشته باشد.

بعضی اشخاص شاید دست ها و پاهای سالم داشته باشند ولی به مشکلات حسی دچار باشند.

شاید شخصی به علت مریضی و غیره دست ها و پاهایش احساس را از دست داده باشند. از بین رفتن حس باعث بي حسي دردستها وپاها ویا کدام حصه دگر بدن میشود. مرضی که باعث معیوبیت میشود توسط دوا معالجه شده میتواند. اگر تداوی شود، از بیماری صحت مییابد حس دست ها و پاهای وی بیشتر از بین نخواهد رفت و معیوبیت حالت وخیم و بدی کسب نخواهد کرد.

اگر بیماری شخص طولانی باشد، تداوی نخواهد توانست، حس از بین رفته دستها و پاها را دوباره باز گرداند.

مصاب گردیدن به مرض جذام نیز باعث بی حسی در بعضی حصه های بدن میشود.

شاید شخصی صدمه دیده باشد و مشکل حسی و حرکی به علت صدمه در دستها و پاهای وی به وجود آمده باشد. اگر شخص صدمات بیشتر نبیند، مشکل وی بدتر نخواهد شد.

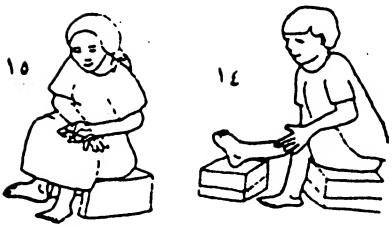
بیشتر در بارهء این که چطور از دست دادن بیشتر حس جلوگیری کنیم، صحبت کردیم. ولی آن عده افرادی که حس را در پاها، دست ها و دگر حصه های بدن از دست داده باشند به تدابیر احتیاطی ضرورت دارند که به صورت مختصر در ذیل واضح میشود:

شخصی که دستهایش حس ندارد، در زمان انتقال دادن اشیای درشت دستهایش خراشیده و زخمی میشود مبتلا به این گونه معیوبیت باید خیلی اختیاط کند. (ش ۱۲)

۱۲

شخص که دستهایش حس ندارد، دستهای خود را میسوزاند. پوست یا جلدی که حس ندارد نسبت به جلدی که حس دارد، زودتر میسوزد. بنابرین حرارتی که دست

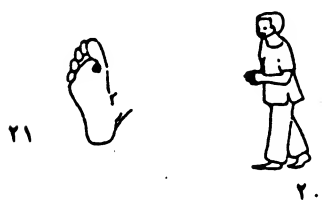
باحس را نمیسوزاند، دست بدون حس را میسوزاند. لذا شخص باید خیلی احتیاط کند (ش ۱۳)



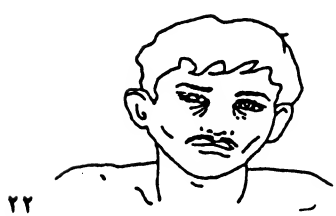
شخص باید از زخمهای دستها و پاهای خود مراقبت نماید تا زخمهای خوب شوند و بزرگتر نشوند. (ش ۱۴)

اگر شخص از دست زخمی خود استفاده کند فشار اشیا زخم را بزرگتر و عمیقتر میسازد. این گونه معیوبین باید احتیاط کنند. اگر شخص با پای زخمی راه برود فشار زمین یا سطح، زخم را بزرگتر و عمیقتر میسازد. فلهذا شخص باید در راه رفتن خیلها احتیاط کند (ش۱۵،۱۶،۱۷،۱۸،۱۹،۲۰،۲۱،۲۲)

اشخاصی که در دستها و پاهای شان حس ندارندشاید چشمهای آنها نیز حس نداشته باشد (ش ۲۳) وقتی که به چشم صدمه برسد به اشکریزی شروع کرده سرخی پیدا میکند. در



صورتی که صدمه های چشم دوامدار شود شخص به مشکل نابینایی گرفتار میشود. پس باید بسیار احتیاط کند. برای این که از خشکی و سرخی چشمها جلوگیری شود



شخص باید تا حد امکان پلک بزند.
(ش ۲۴)

در هوای گرم این چنین اشخاص باید چندین مرتبه پلک بزند. و چشمهای شخص باید چندین مرتبه پاک شود.

۲۳

میرگی

میرگی نوعی از بیماری است، این بیماری گاه گاهی بر بیمار حمله میآورد، و باعث محدودیت در کارهای روزمره زنده گی شخص میشود.

۲۴

۲۵

۲۶

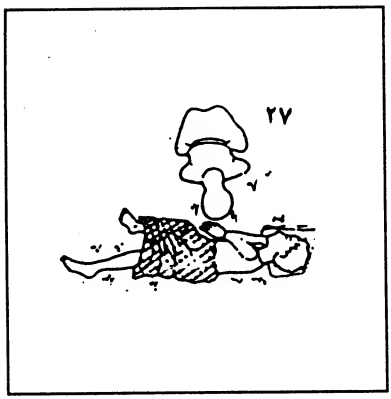
میرگی بیماری مغزی است. بعضی اشخاص زود زود و بعضی اشخاص گاه اه دچار حمله آن میشود. (ش۲۵، ۲۶)

شخصی که به میرگی خفیف مبتلاست، ناگهان در وقت کار کردن کار را توقف داده دفتعاً چشمهایش راه میکشد یا به یک طرف بدون کنترول متوجه میشود و بعضاً پلک هم نمیزند. شاید شخص بعضی حرکات غیر عادی نیز انجام بدهد، به گونه مثال شاید لبها و دستهای شخص طور غیر عادی و پی در پی حرکت کنند و بلرزد.

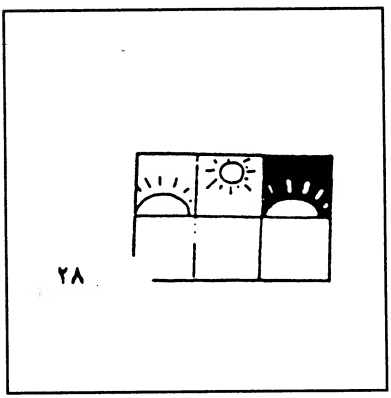
شخصی که به میرگی شدید دچار است در اثر حمله به زمین میافتد. معمولاً قبل از حمله کدام علامتی دیده نمیشود. شاید شخص چیغ بزند. در ابتدۍ بدن سست میشود. در حالات پیشرفته ممکن است استخوان دست و پا بشکند و یا عضله و عضلات قسمتی از بدن آسیب ببیند.

معیوبینی که میرگی دارند در کارهای فردی و اجتماعی مشکلات و محدودیت ها میداشته باشند. خانواده ها و جامعه باید مشکل این گونه اشخاص را درک نمایند و با آنها

کمك نمایند تا زندهٔ گی روزمره را به شکل عادی ادامه دهند.



فامیل ها و جامعه باید بدانند که وقتی شخصی به حمله میرگی مواجه میشود اشخاص نزدیك آن باید آرام باشند و نترسند و با بیمار مساعدت کنند تا عوارض آن کاهش یابد. شخص را در یك جای محفوظ بخوابانند. شخص را از جاهای خطرناك مانند آتش، آب و سرك دور کنند.(ش۲۷)



یك تکه یا چادر را قات کرده زیر سر شخص قرار دهند.(ش۲۸)

دکمه های لباسهای شخص را باز کنند.

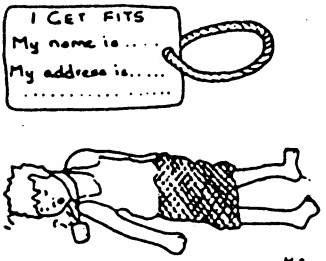
شخص را به پهلو بخوابانند تا زبان وی در قسمت پیشروی دهان وی قرار گیرد یا آب دهن وی به آسانی خارج شود و به آسانی تنفس کند. تا وقتی که حمله ختم میشود شخص را آرام بگذارند.

در وقت حمله چیزی را به دهان شخص نکنند خوردنی و نوشیدنی به وی داده نشود به شخص دوا ندهند. از حرکات غیر عادی بدن وی جلوگیری نکنند و بالای جلدش چیزی نگذارند.

این چنین اشخاص به دوا ضرورت دارند و باید به داکتر مراجعه کنند.

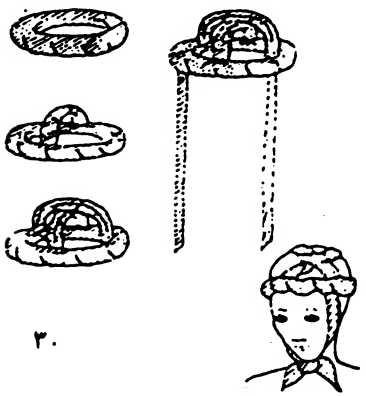
دوای خود را به وقت معین باید بخورند.

در صورتی که شخص با سواد نباشد به او بگویید که وقت دوا خوردن را به خاطر داشته باشد. جدولی که در تصویر نشان داده شده است با شخص کمك خواهد کرد که وقت دوا خوردن را بفهمد.(ش۲۹)



۲۹

بعضی اوقات شاید وقتی که شخص به تنهایي از خانه بیرون میشود، دچار حمله میشود. دراین صورت لازم است که اشخاص دگر بدانند که شخص د چار حمله شده است برای این که مردم بدانند که شخص د چار حمله میرگی شده است یك کارت کوچك بگردن شخص آویزان کنید نشانی خانه شخص باید در آن نوشته شده باشد و همچنان در کارت باید نوشته کنید که شخص میرگی دارد.(ش۳۰)


۳۰

به شخص بگویید که درزینه و درخت یا جای بلند بالا نشود و از آب و آتش خود را دورنگاه دارد بعضی اشخاص که دچار حمله میشوند، در زمان افتادن سر شان زخمی میشود. برای جلو گیری از زخمی شدن سر، برایش کلاه خاص بسازید. میشود این گونه کلاهها را از پارچه ضخیم ساخت.

سلوک عجیب و غریب:

بعضی اشخاص ا نقطه نظر سلوک با اشخاص دگر متفاوت میباشند. رفتار شخص از ابتدأ این طور نبوده ولی بعداً رفتار وی تغییر کرده است.

رفتار و سلوک شخص ممکن در اثر مریضی عصبی تغییر کرده باشد.

در بعضی موارد حوادث ناگوار و شکنجه نیز باعث مریضی دماغی میشود سلوک شخص را عجیب و غریب میسازد.

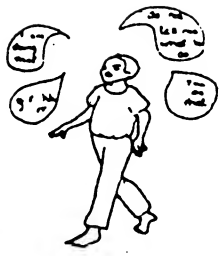
شخص ممکن نداند که او مریض است و نمیداند که مریضی وی چقدر افراد دگر خانواده و جامعه را متأثر ساخته است.

در ابتدای مریضی شاید شخص وارخطا و مشوش به نظر برسد و در عین حال شاید شخص فعالیتهایی را که پیش از مریضی انجام میداد، انجام داده نتواند و شاید به زنده گی کمتر علاقه بگیرد.

شاید گفتار شخص غیر عادی باشد و چیزهای بیهوده و بی ارتباط از زبان او شنیده شود.

شخص شاید به خوبی خواب کرده نتواند.

۳۱



۳۲

شاید شخص به زودی از گفتار اشخاص دگر آزرده شود و یا شاید گفته های دگران را نسبت به خود غلط تعبیر کند.

شاید شخص بعضی اوقات طور گپ بزند که شما گفتار او را نفهمید. (ش۳۱) (ش ۳۲)

۳۳

شاید شخص به راه رفتن ادامه داده و به یک جا آرام نگیرد. شاید شخص پریشان به نظر برسد. (ش ۳۳)

۳٤

۳۵

شاید شخص خود را کدام کس مهم فکر کند. مثلاً شاید خود را صدر اعظم و یا رهبر فکر کند و یا خود را شخصی فکر کند که قبلاً مرده است. (ش ۳۴) وقتی که مریضی شخص وخیمتر میشود شاید در خیال خود چیزهایی را ببیند که در آن محل وجود ندارد. (ش ۳۵)

این چنین اشخاص به دوکتور ودوا ضرورت دارند و باید نزد دوکتور برده شوند. دوای شخص باید به وقت معین داده شود. از سلوک نرم با وی استفاده صورت بگیرد.

با اشخاص به طور ملایم صحبت کنید. در بارهء نظافت و ضروریات شخص باید توجه داشته باشید.

بر علاوهٔ معیوبیتهای ذکر شده، معیوبیتهای دگری وجود دارد که عام نبوده ولی برای اشخاص معیوب در زنده گی روز مره شان محدودیت ها را ایجاد کرده است.

معیوبیتهایی که در اثر مشکلات تنفسی به وجود میآیند.

معیوبیتهایی که در اثر درد های قفس سینه به وجود میآیند.

معیوبیتهایی که در اثر استعمال نوشیدن الکول و استعمال مواد مخدره به وجود میآیند.

معیوبیتهایی که در اثر سؤتغذی به وجود میآیند (سؤتغذی حالتی است که در اثر کمبود دوام دار مواد غذایی به وجود میآید).

معیوبیت هایی که در اثر مشکلات کنترول مجاری ادرار و مواد غایطه به وجود میآید.

معیوبیت هایی که در اثر سؤءتشکل (بدشکل شدن) لبها و دهن به وجود میآید.

در بارهٔ معیوبیتها، شناسایی معیوبیتها و اقدامات ضروری از سوی خانواده و جامعه صحبت صورت گیرد. باید بدانیم که همهٔ این معیوبیتها و معیوبین به باز توانی ضرورت دارند. حالا باید در بارهٔ باز توانی و انواع باز توانی صحبت نمائیم.

باز توانی

باز توانی معیوبین عبارت از کم کردن محدودیتها در فعالیتهای روز مرهٔ زنده گی معیوبین میباشد. یا به عبارت دگر فراهم کردن وسیله ها و آموختاندن طرق مختلف برای اینکه معیوبین بتوانند بالای خود متکی شوند، عبارت از بازتوانی میباشد. باز توانی معیوبین عموماً در چهار بخش خلاصه میشود. کوتاه گفتاری پیرامون این چهار بخش خواهیم داشت!

۱ - باز توانی فزیکی:

بازتوانی فزیکی عبارت است از دوباره بازتوان کردن اعضای مختلف بدن و یا در صورت نداشتن اعضای بدن فراهم کردن وسایل و اعضای مصنوعی برای این که مشکلات شخص در اجرای فعالیت های روزمره رفع شده و یاکم گردد.

به گونهٔ مثال: فراهم کردن یا تهیه کردن یك پای مصنوعی برای یك شخص که پایش قطع شده باشد. یا فراهم کردن یکجوره عصای زیر بغل برای شخصی که پاهایش ضعیف باشد و یا صدمه دیده باشد. یا فراهم کردن عصا و آموختاندن طریقه های گشت و گذار در قریه و محله یی که معیوب در آن زنده گی می کند یا باز توانی مجدد یك دست، هر دو دست، یك پا یا هر دو پا و یا هم دور کردن مشکلات حرکی و دردها در کمر یك شخص معیوب توسط فزیو تراپی، تمرینات در خانه و یا عمل جراحی، تا شخص بتواند به خوبی از دست های خود استفاده کند، به آسانی راه برود و در کارهای فزیکی، نشستن، ایستادن وراه رفتن مشکلات نداشته باشد.

باز توانی فزیکی در قدم اول اجرأ میگردد تا بتواند شخص را برای فعالیت های فردی، اجتماعی، تعلیم و تربیه و شغل و وظیفه آماده سازد.

۲ - بازتوانی از نقطه اجتماعی:

بازتوانی از نقطه نظر اجتماعی به معنای آنست که شخص در تمام فعالیت های روزمرهٔ زنده گی به خود متکی باشد در فعالیتهای خانواده، کارهای خانه گی و فعالیتهای اجتماعی سهم فعال بگیرد. در مراسم عروسی، جنازه، کمك کردن با خانواده خود در کارهایی که در داخل خانه و مزرعه اجرأ میشود مستقلانه کارو فعالیت کند.

۳ - بازتوانی از نقطه نظر تعلیم و تربیه:

در بعضی اوقات این بخش بازتوانی در بازتوانی اجتماعی خلاصه میشود ولی چون تعلیم و تربیه خیلی مهم است لذا به طور جداگانه توضیح داده میشود. بازتوانی اشخاص معیوب از نقطه نظر تعلیم و تربیه عبارت از باسواد شدن، داخل شدن در مکتب و مثل شاگردان سالم به مکتب رفتن، در درس های مکتب سهم گرفتن، ارتقاً به صنوف بلندتر و حتی به پایان رسانیدن تحصیلات عالی را شامل میگردد.

اطفالی که مشکلات حرکی داشته باشند، بعد از بازتوانی فزیکی و وسایل تخنیکی میتوانند در مکاتب عادی شامل و به درس و تعلیم خود ادامه دهند، ولی بعضی اطفال که مشکلات بینایی، مشکلات حرف زدن و شنیدن و مشکلات ذهنی داشته باشد، در قدم اول به آماده شدن به مکتب ضرورت دارند. در قدم دوم به معلمین و همصنفان ضرورت دارند که آنها مشکلات این چنین کودکان را بدانند و در مفاهمه با آنها برای مشکل راه حلی دریابند. بعضی اوقات شاید این چنین اطفال به آموزش خاص در یك گروه و یا صنف ضرورت داشته باشند.

بعضی کلانسالان نیز به سواد و آموزش نیاز دارند.

معیوبین نیز در همه احوال مانند افراد سالم جامعه به آموزش و پرورش و باسواد شدن نیاز دارند.

باز توانی از نقطه نظر کار و وظیفه:

شاید بعضی معیوبین از نقطه نظر فزیکی باز توان شده باشند.

بعضی اشخاص معیوب از نقطه نظر اجتماعی شاید مشکلات نداشته باشند و بتوانند در فعالیتهای اجتماعی سهم بگیرند.

بعضی اشخاص معیوب شاید از تعلیم و تربیه بهره مندشده باشند.

اما سوال در این جا است که آیا اشخاصی که در فوق ذکر شد کارو

وظیفه پیدا کرده میتوانند یا خیر؟

بعضی اشخاص بنابر مشکلاتی که در زنده گی خود داشته و دارند شاید شغل مناسبی را یاد گرفته باشند و یا هم شاید پیش از معیوبیت شان دارای شغلی بوده باشند که فعلاً آنرا یا به علت کمبود توانایی و یا به علت نداشتن پول کافی اجرا کرده نتوانند.

به هر ترتیب معیوبین مانند اشخاص دگر جامعه به کار و وظیفه ضرورت دارند تا برای رفع نیاز مندیهای خود و خانواده عایدی داشته باشند.

راجع به بخش های مختلف بازتوانی به خصوص بازتوانی اجتماعی، بازتوانی از نقطهٔ نظر آموزش و پرورش و بازتوانی از نقطه نظر کار و وظیفه در صفحه های بعدی معلومات نسبتاً مفصل ارائه خواهد شد.

بازتوانی اشخاص معیوب به طریقه ها و اقسام مختلف صورت میگیرد.

اقسام بازتوانی (طرق مختلف بازتوانی)

بازتوانی به چهار طریقهٔ ذیل اجرأ میگردد:

بازتوانی توسط مؤسسات:

بعضی از موسسات اکثر خدمات و تمام خدمات بازتوانی را در یك مرکز و یا درمانگاه برای معیوبین تهیه مینمایند. این موسسات یا به شکل یك مرکز به سطح ولایت یا به سطح ملی برای همهٔ معیوبین خدمت میکنند و یا در یك بخش خاص به طور مثال به اطفالی که دچار معیوبیتهای فزیکی و یا ذهنی میباشند، خدمت میکنند. این موسسات هم به مریضان داخل بستر و هم به آن عده اشخاصی که به بستر ضرورت ندارند خدمت میکنند.

بعضی موسسات برای کودکان و اشخاصی که مشکل حرف زدن و شنیدن دارند در مرکز زبان اشاره را یاد میدهند.

PROPERTY OF ACKU

بازتوانی که خارج از موسسه صورت میگیرد:

این بازتوانی اشکال گوناگون دارد:

الف - متخصصین بازتوانی در مورد مسایل محیطی، اجتماعی، حرفوی و تعلیمی که لازم است باساکنان یك محل صحبت میکنند و به رهبران محلی مشوره میدهند تا حوادث معیوبیت کاهش پذیرد و مردم در قبال خطرهای گوناگون ایمن گردند.

ب - بعضی اوقات متخصصین خارج از موسسه با معیوبین برای بازتوانی شان کار و مساعدت میکنند. بطور مثال در خانه معیوبین میروند.

این روش انواع مختلف دارد. مثلاً در بعضی مناطق این خدمات به شکل گروههای سیار صحی، اردوگاههای صحی و کلینیکهای یك روزه به مردم تهیه میگردد.

رفتن متخصصین به ساحه خیلی قیمت تمام میشود، زیرا به جای این که افراد معیوب به مراکز بازتوانی بروند، باید متخصصین از یك محل به محل دگر رفت و آمد داشته باشد. ولی در بعضی موارد وقتی افراد جامعه توان پرداخت مصارف رفتن به مراکز را ندارند، موسسات از این روش پسندیده کار میگیرند.

بازتوانی به سطح جامعه:

این نوع بازتوانی طوری است که کارمندان و متخصصان بطور مرتب و بر اساس یك پروگرام به خانه های معیوبین رفته و در آنجا با معیوبین کار میکنند. در این نوع بازتوانی کار مندان و متخصصان در نهایت شاید یکنفر از خانواده شخص یا از جامعه را نیز در بازتوانی وی شامل کند، ولی دگر افراد جامعه و خانواده از ضرورت های شخص معیوب و طرز کار باوی چیزی نمیدانند.

این طریقه گران تمام شده، گذشته از آن در رویهٔ اعضای خانواده و اعضای جامعه کدام تغییر مثبتی در برابر معیوبین رخ نمیدهد. و پروسهٔ بازتوانی

منحصر به شخص معیوب و یك شخص دگر از خانوادهٔ وی میگردد.

بازتوانی در جامعه:

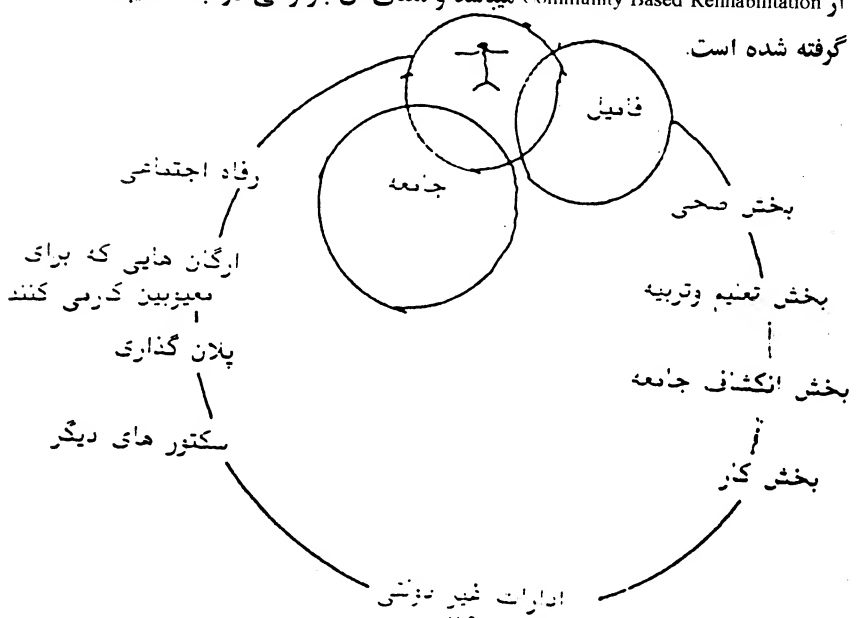
این نوع بازتوانی به نام مخفف سی.بی.آر نیز نامیده می شود.

این نوع بازتوانی برای از بین بردن مشکلات و محدودیت های معیوبین با استفاده از وسایل و منابع محلی به همکاری خود معیوبین، خانواده های معیوبین، افراد جامعه و کارمندان تخنیکی و موسسات عملی میشود.

در این نوع باز توانی، خدمات بازتوانی به معیوبین در محل تهیه میگردد. این برنامه معلومات و مهارت های کافی را در بارهٔ معیوبیت ها و بازتوانی آنها به معیوبین، خانواده های شان و افراد جامعه تهیه مینماید. در این برنامه افراد جامعه در برنامه ریزی، تصمیم گیری و ارزیابی پروگرام شرکت مینمایند.

منظور بازتوانی معیوبین در جامعه یا CBR (سی.بی.آر) عبارت از استحکام و انکشاف عمل متقابل بین افراد معیوب، خانواده شان و اجتماعی که در آن معیوبین زنده گی میکنند (جامعهٔ خود شان) میباشد.

کلمه C.B.R (سی.بی.آر) از حرف های اول سه کلمهٔ انگلیسی که عبارت از Community Based Rehhabilitation میباشد و معنای آن بازتوانی در جامعه میباشد، گرفته شده است.



سی بی آر (CBR) یا بازتوانی معیوبین در جامعه همهٔ آن خدماتی را که در سطوح دگر موجود اند در خود شامل میسازد و عملی میکند.

خدماتی که توسط موسسات و مراکز تهیه میشود یك جزء حیاتی پشتیبانی برای بازتوانی معیوبین در جامعه میباشد.

CBR یا بازتوانی معیوبین در جامعه تنها خدمات سطح فامیل و جامعه را در برنداشته، بلکه خدمات همه سطوح را در بر میگیرد.

CBR یا بازتوانی معیوبین در جامعه نه بازتوانی معیوبین در موسسات را نادیده میگیرد و نه هم تکمیل کنندهٔ آن میباشد، بلکه خدماتی را که توسط موسسات تهیه شده است، به حیث یك جزء حیاتی در سیستم خویش شامل میسازد.

به طور مثال در مرحله اول کوشش میشود که کودکی که به پولیو مصاب است (فلج است) و حرکت پای خود را از دست داده با استفاده از تمرینات و تهیه کردن وسایل تخنیکی ساده در خانه و جامعه میتوان به بازتوانی او موفق شد. در صورتی که ضرورت افتد فزیوتراپیست کار مند ورکشاپ ارتوپیدی و یا متخصصین دگر از وی در خانهٔ خودش دیدن خواهند کرد تا برای معیوب و فامیل وی و کار مند بازتوانی مشوره بدهند که این کار در قدم دوم صورت میگیرد.

در قدم سوم اگر شخص مذکور به عمل جراحی نیاز داشته باشد و امکانات عملیات جراحی در محیط نباشد، وی به یك مرکز یا شفاخانه معرفی میگردد.

CBR یا بازتوانی معیوبین در جامعه یك طریقهٔ بسیار ارزان و کم مصرف است. در این نوع بازتوانی کوشش میشود تا افراد جامعه در پروسه بازتوانی اشخاص معیوب سهیم باشند رویهٔ آنها در برابر معیوبین تغییر مثبت کند، از مشکلات معیوبین آگاهی حاصل کنند و از وقوع معیوبیت ها جلو گیری کنند.

پروگرام همه جانبهٔ معیوبین افغان از این طریقه جهت بازتوانی معیوبین در افغانستان استفاده میکند. در بالا راجع به معرفی کردن بعضی از اشخاص معیوب

مختصراً مثال داده شد. معرفی کردن اشخاص به مراکز، کلینیکها، شفاخانه ها و ورکشاپ های ارتوپیدی راجع ساختن یا راجع سازی نامیده میشود. لذا ضروری است تا دربارهٔ راجع سازی آگاهی و معلومات داشته باشیم.

راجع سازی:

شاید در ولسوالی، ولایت و یا منطقهٔ شما مراکز دگری که به معیوبین کمك نمایند، و جود داشته باشد. در زیر لست این مراکز ترتیب شده است. شاید در محلهٔ شما مراکز دگری هم وجود داشته باشد که در لست ذیل ذکر نشده است.

- مرکز صحی
- مکتب کار آموزی یا مکتب مسلکی
- مکتب زراعت
- سازمان های رفاه اجتماعی
- پروگرام حمایهٔ طفل
- مکاتب مخصوص اشخاص معیوب
- مراکز ارزیابی توانایی کار و مراکز آموزش اشخاص معیوب
- شفاخانه های عامه
- دیپارتمنت های بازتوانی
- مراکز بازتوانی
- مؤسسات مذهبی
- مراکز فزیوتراپی
- مراکز یا ورکشاپ های ارتوپیدی
- موسساتی که قرضه و وسایل تخنیکی میدهند.

معرفی اشخاص به این چنین مراکز از طرف کار مندان بازتوانی معیوبین صورت میگیرد و اگر شما در منطقهٔ تان یك پروگرام تمام عیار برای بازتوانی

معیوبین در جامعهٔ خود نداشته باشید، نیز میتوانید معیوبین تان را به این چنین مراکز معرفی نمایید.

وقتی که یك شخص معیوب را شناسایی نمودید، از شخص مذکور پرسان کنید که آیا او سال گذشته یا در گذشته نزد داکتر یا به کدام مرکز صحی رفته است یا خیر. اگر او نزد داکتر نرفته باشد، او را نزد داکتر روان کنید. اگر ممکن باشد خود تان نیز همراه شخص معیوب نزد داکتر بروید.

از داکتر در بارهٔ معیوبیت شخص معیوب سوال کنید، که آیا ضروری است که شخص مذکور دوباره به او مراجعه نماید. اگر دوباره آمدن شخص معیوب نزد داکتر ضروری باشد، در بارهٔ وقت آن ازداکتر سوال کنید.

مثال های اشخاصی که میتوانند در بعضی موارد توسط سایر مراکز خدماتی کمك شوند عبارت انداز:

کودکانی که مشکلات بینایی، شنوایی و تکلم دارند

- اشخاصی که چشم های شان سرخی پیدا نموده است.
- کسانی که چشم های شان چرك دارند.
- اشخاصی که در چشمهای شان لکهٔ خاکی رنگ به وجود آمده باشد.
- اشخاصی که از گوشهای شان چرك خارج میشود.
- اشخاصی که سلوك عجیب وغریب دارند و از داکتر دوانگرفته باشند.
- اشخاصی که دست ها و پاهای شان حس ندارند واز داکتر دوا نگرفته باشند.
- اشخاصی که دست ها و پاها یا بازوهای شان بدشکل شده اند.
- اشخاصی که شکسته گی استخوان دارند.
- اشخاصی که لب ها و دهان شان بدشکل شده است.
- اشخاصی که زخم های شان برای مدت طولانی خوب نشده باشند.
- اطفالی که معیوبیتهای نابینایی، عدم شنوایی و تکلم داشته باشند

آموزشهای ابتدایی شان را به خوبی ختم کرده باشند و میخواهند که به تعلیمات خود ادامه دهند.

- جوانان و کلا نسالانی که باید برای کار آموزی به بیرون از محل بروند.

- اشخاصی که به دگر مراکز معرفی میشوند باید تعقیب شوند و باید از دوا و داکتر هدایاتی که از طرف متخصصین، داکتران و مراکز برای شان داده میشوند، نظارت صورت بگیرد.

بخش دوم:

کاریابی و کاریاری

کار یابی یك بخش مهم در برنامهٔ بازتوانی معیوبین است و هدف آن به کار انداختن و کمك به آن عده زنان و مردان معیوب است که یا به کدام کسب و حرفه بلدیت دارند و یا اصلامهارت کار کردن را هم نداشتمه باشند و نیاز دارند که اول حرفه یی را بیاموزند و بعداً شروع به کار کنند. کسانی که به کار بلد و حرفه یی استند، کاری برایشان دستیاب میشود و یافتن کار شامل بخش کاریابی میشود. اما به کسانی که آموزش داده نمیشود تا حرفه یی را بیاموزند و پس از آن به کار مصروف شوند این روش را کار یاری مینامند.

در این بخش اولا ماکارهای مختلف را که یك شخص انجام داده میتواند، معرفی میکنم و بعداً انتخاب کار و شیوه کار آموزی را بیان میکنیم. درعین زمان باید گفت که یافتن یك شغل و کار اکثر اوقات به پول هم ضرورت دارد.

مقصد از گماشتن به کار یا کاریابی چیست؟

کار عبارت از آن فعالیتی است که شخص آن را انجام میدهد کار بایستی برای خودش و دگران مفید باشد.

هر زمانی که شخص کار نماید در مقابل آن پاداش دریافت میدارد. ممکن است شخص پول، خوراك، لباس و پناه گاه دریافت بدارد. یك شخص میتواند که در خانه و یا در بیرون کارکند. او میتواند که به تنهایی کار کند و یا همراه خانواده کار کند. شخص میتواند که برای چند ساعت یا هرروز و یا هر شب کار کند. یك شخص ممکن صرف در هفته چند روز کار کند. ممکن است او در یك سال چند ماه و تمام سال کار کند. کار و وظیفه برای اشخاص مختلف معانی مختلف دارد. به طور مثال یك شخص ممکن در تربیه و نگهداری مرغها مشغول

باشد، وظیفهٔ او نگهداری مرغها و جمع آوری تخم ها و فروش آن میباشد و کار یك شخص دگر ممکن تنها فروش تخم جمع شده باشد که توسط شخص دگر جمع آوری شده است.

۱

۲

چرا یک شخص باید کاری را انجام دهد؟

کار در زنده گی انسان نهایت مهم است. زنده گی بدون کار مفهوم ندارد. با انجام دادن یك کار شخص خود را مفید و مهم احساس میکند. شخصی که کار میکند طوری احساس میکند که برای خود، برای خانواده و هم برای جامعه مصدر خدمت و کمك شده میتواند. هر کس که کار میکند برایش مزد پرداخته میشود که از آن در نگهداری و تهیه خوراك و پوشاك برای خانواده کار گرفته میتواند از ینجاست شخصی که کار میکند به نزد خانواده اش قابل قدر است، و این موضوع را باید هم شخص و هم خانواده اش بدانند.(ش۱)

معیوبی که مانند دگران در جامعه کار میکند با جامعه کمك میکند. همین کار معیوب را در جامعه مهم می سازد. این موضوع را هم باید شخص و جامعه هر دو بدانند.(ش۲)

در عین زمان اجرای کار و وظیفه برای معیوب دیدن جاها و آشنا شدن با اشخاص دگر را میسر میسازد. و این برای شخص معیوب کمك میکند تا در بارهٔ زنده گی و علایق دگران معلومات داشته باشد.

کار برای معیوب زمینهٔ به آزمایش گذاشتن استعدادش را فراهم میسازد.

همچنان کار کردن بدن و ذهن انسان را فعال نگهداشته باعث رشد و پخته گی آدمی میگردد.

فعال بودن معیوب از بدتر شدن معیوبیت جلو گیری میکند.

وظایفی که معیوب انجام داده میتواند:

هر گاه معیوبی زیر تربیه گرفته شود کارهایی را که میتواند یکی از آنها را به خوبی اجرا کند هم برای خودش هم برای خانواده و هم جامعه یی که او درآن زنده گی میکند سودمند میباشد. از جمله کارهایی که معیوب میتواند انجام دهد، خانواده و جامعه بایستی او را تشویق کند او وظیفه یی را انجام دهد که جوابگوی نیازهای او باشد. به گونهٔ مثال او میتواند کارهایی را که مطابق خواسته های خودش، خانواده و جامعه باشد اجرا نماید مانند: تهیهٔ لباس، یا ترمیم سامان آلات و همچنان کارهایی از قبیل صنایع دستی و یا تولید مواد خوراکی همچنان او میتواند در امور اجتماعی کار کند.

هر معیوب چه زن و یا مرد باشد یکی از کارهای زیرین را مطابق ذوق و استعداد خودش انجام داده میتواند. او کار بازتوانی برای معیوبی که تحت تربیه و آموزش اوست از جمله این کارها یکی را به رضا و رغبت او انتخاب میکند و در راه آموزش پیشه با او یاری میرساند.

تولید مواد غذایی:

شاید بعضی از کارهای مربوط به تولید غذا در یك محل اجراء شود و بعضی هم اجرا نشود. برای معیوب باید در کارها آموزش داده شود که در محلهٔ او انجام داده میشود.

کارهایی را که معیوبین در این بخش انجام داده میتوانند در سطور زیرین شرح میشوند:

کشت سبزیها و میوه جات:

- میوه جات و سبزیها از جملهٔ مهمترین مواد غذایی بوده در جاهای مختلف کاشته میشوند.

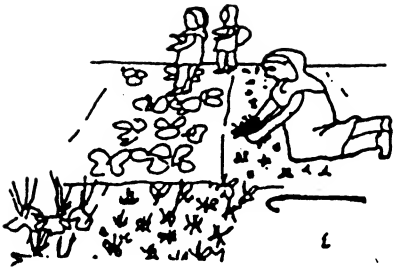
- مراقبت و وارسی کشتها نیز یك کار مهم است باید گیاهای هرزه از مزرعه دور ساخته شوند.(ش۴)

- وقتی نباتات کشت شوند باید به صورت منظم آبیاری گردند.(ش۵)

- در روزهای حاصل دهی بایستی حاصل آنرا جمع کرد. سبزیها و میوه ها از خود وقت معین و حاصلدهی دارد که باید حاصلات آن جمع آوری شود.(ش٦)

- فروش میوه ها و سبزیها این هم یك کار پر منفعت بوده بسیاری اشخاص در آن مصروف میباشند. یك معیوب میتواند این کار را به آسانی پیش ببرد.(ش۷)

- قلبه کردن زمین و کاشتن تخم البته قلبه کردن و کشت کردن تخم برای هر معیوب آسان نیست. اما آنهایی که در حرکت کردن مشکلات



٤

٥

٦

٧

زیاد نداشته باشند این کار را اجراء کرده میتوانند. پای مصنوعی اگر موفقانه ساخته شده باشد به خوبی کار میدهد.(ش۸)

۸

- مرغداری:

معیوبین میتوانند از راه ساختن فارمهای مرغداری و تربیهٔ مرغها در منازل شان در تهیه و گوشت مصدرخدمتی شوند و از فروش آن پول اضافی به دست آورده میتوانند.(ش۹)

۹

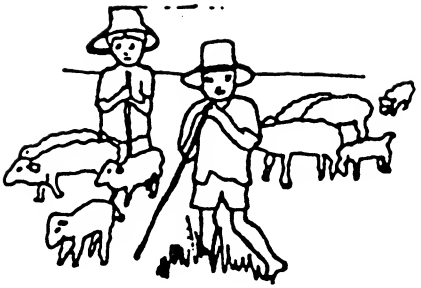
- نگهداری گوسفندان: ازین راه نیز هم مواد غذایی تولید میشود و هم از فروش آن پول به دست می آید. تعدادی از معیوبین مصروف نگهداری گوسفندان هستند و ازین راه زنده گی خود و خانوادهٔ خود را تا مین میکنند.(ش۱۰)

۱۰

- نگهداری گاو

محصولات گاو مانند: شیر، ماست، مسکه و روغن در اقتصاد خانواده ارزشمندی زیادی دارد. قرضه یی را که شماری از معیوبین از جامعه و یا از

برنامه کمکی CDAP بدست می آورند برای خود گاو شیری میخرند و آن را نگهداری میکنند.(ش۱۱)



۱۱

- تهیه و فروش غذا و مشروبات:

شماری از معیوبین میتوانند مواد غذایی مانند: نان پخته، کچالو و شورنخود، مشروبات از قبیل شربتها را تهیه کرده به فروش برسانند از این راه هم زنده گی خود و فامیل را تامین کرده میتوانند. و این کار مشکل هم نیست.(ش۱۲)

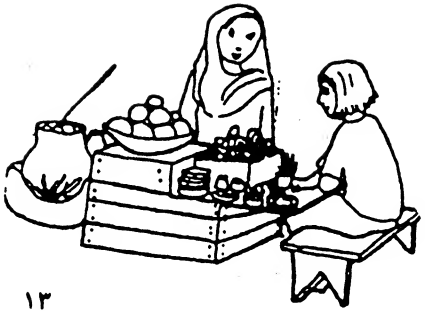
۱۲

- ساختن و ترمیم سامان آلات:

شماری از کارهای ذیل در جامعه ما اجرا میشوند که معیوبین نیز میتوانند آنها را در حد خویش بیاموزند و در زنده گی از آنها استفاده کنند.

- معماری:

این یك شغل بسیار عام بوده در سراسر کشور خانه و تعمیرات

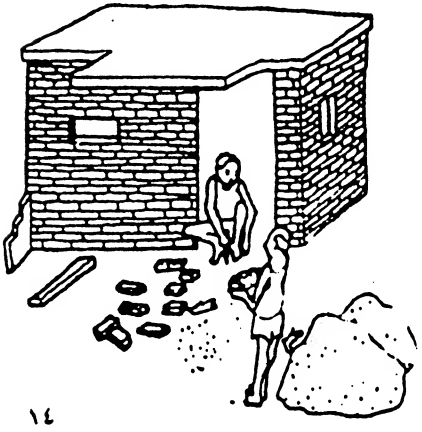


۱۳

مختلف ساخته میشوند. باید گفته شود که معماری برای هر معیوب آسان نیست اما شماری از معیوبان میتوانند در بخشی از کارهای معماری خود را مصروف سازند.(ش۱۳)

- خشت مالی:

این کار جزئی از کارهای معماری است اما به صورت مستقل نیز به پیش برده میشود به گونه مثال بعضی اشخاص مصروف خشت مالی میباشند و خشت ها را به فروش میرسانند.(ش۱۴)

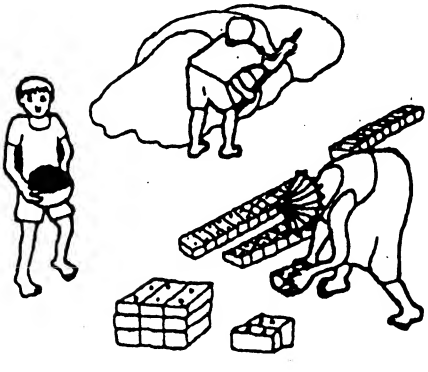


۱٤

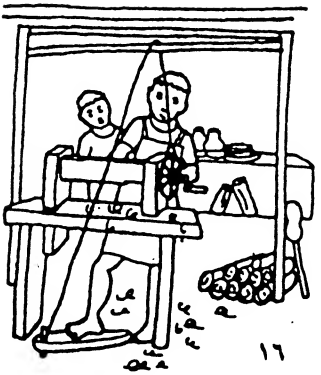
- ساختن و ترمیم فرنیچر و اشیای دگری که از چوب ساخته میشوند. این کار را نیز بسیاری از معیوبین آموخته و اجرا کرده میتوانند. از این طریق پول خوب به دست میآید.(ش۱۵)

- فلز کاری:

فلزکاری و ساختن سامان آلات فلزی در تمام ساحه های کشور ما رواج دارد و معیوبین نیز میتوانند این حرفه را یاد گرفته خود را



۱۵


۱۶

مصروف سازند.(ش۱٦)

- ساختن مواد و سامان آلات کمکی که توسط معیوبین به کار برده میشوند. این کار زیادتر تخنیکی بوده اما بعضی آلات از قبیل عصا و چگس ها را به آسانی یاد گرفته و ساخته میتوانند.(ش۱۷)

۱۷

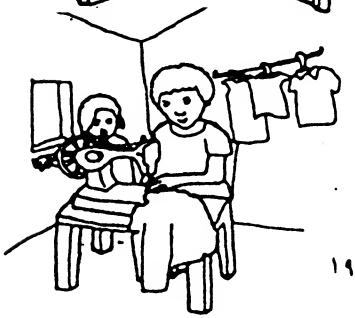
- دوختن لباس یا خیاطی:

این کار هم نسبتاً در مدت کم آموخته شده. میتواند و عایدات مناسب دارد. یك تعداد قابل ملاحظه معیوبین این شغل را آموخته و به پیش میبرند.(ش۱۸)

۱۸

- ساختن اشیای بوریایی:

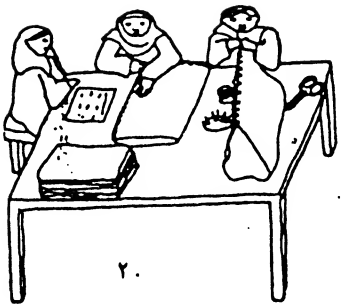
ساختن خود بوریا و سامان دگر از بوریا از قبیل خریطه ها، سبدها یك شغل خوب آزاد بوده عایدات مناسب از آن به دست میآید.(ش۱۹)


۱۹

- ریسمان سازی:

این هم یك شغل آسان بوده در مدت کم آموخته شده میتواند. محل خوب این حرفه شهرها میباشد تا مشتریان زیاد به دست

آید.(ش۲۰)


۲۰

- جاروب سازی:

جاروب سازی نیز از شغلهای آسان است و فروش دارد اما تعداد جاروب سازان نباید در یك محله زیاد باشند.(ش۲۱)

۲۱

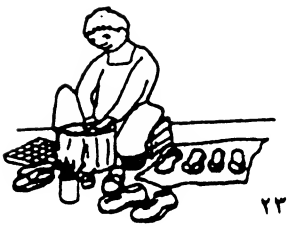
- ساخت بوت و چپلی و پیزار:

این کار هم یك شغل خوب برای معیوبین شده میتواند. زیرا حرکت زیادی ایجاب نمیکند و عاید خوب از آن به دست میآید.(ش۲۲)

۲۲

کلالی:

کلالی یکی از قدیم ترین شغل ها بوده هم مردان و هم زنان این شغل را به پیش برده میتوانند معیوبین نیز به آسانی این حرفه را آموخته میتوانند.(ش۲۳)


۲۳

شمع سازی:

گرچه شمع سازی در کشور ما زیاد رواج ندارد اما شمع سازان موفق از شغل خود راضی هستند. این شغل را هم مردان و هم زنان به

خوبی اجرا میکنند.(ش۲۴)

صابون سازی:

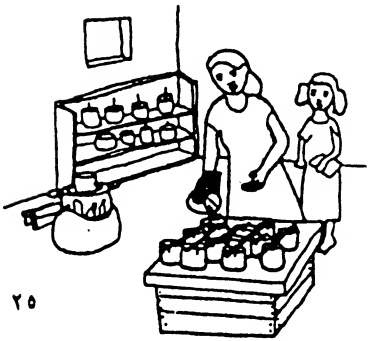
صابون سازی یك شغل آسان اما دقیق است. یك عده از معیوبین توانایی خود را در صابون سازی آزموده اند.(ش۲۵)

۲٤

ترمیم ساعت و رادیو:

گرچه ترمیم ساعت و رادیو دو شغل جداگانه میباشند اما اشخاص ماهر میتوانند هر دو شغل را همزمان به پیش ببرند و عایدات نسبتاً خوبی برای شان تدارك بینند.(ش۲٦)

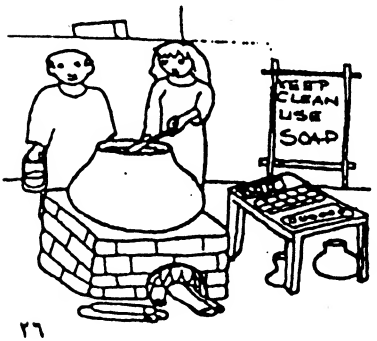
همچنان ترمیم بایسکل، موترسایکل و موتر نیز از جمله شغل های مهم اندو شماری از معیوبین در این پیشه مصروف اند.



۲۵

صنایع دستی:

صنایع دستی معمولاً از موادی که در محل پیدا میشود ساخته میشود. در کشور ما انواع صنایع دستی موجود اند و معیوبین میتوانند یکی از انواع صنایع دستی را بیاموزند. در بخش های زیرین این پیشه معیوبین

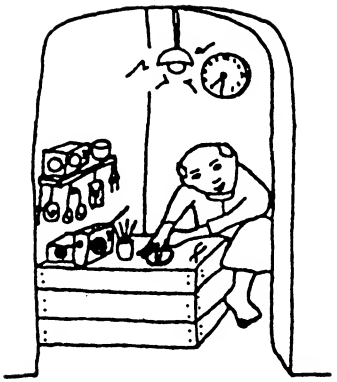


۲٦

کار کرده میتوانند.

قالین بافی:

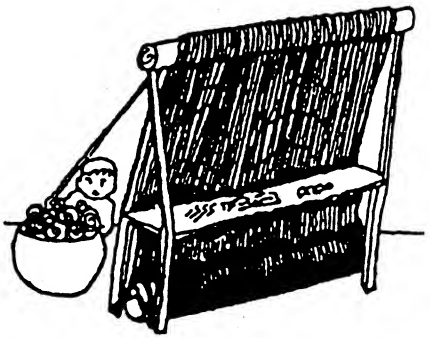
قالین بافی از جالب ترین و با ارزش ترین صنایع دستی در کشور ماست. از راه قالین بافی پول خوب به دست می آید. آموختن قالین بافی برای معیوبین توصیه میشود در صنعت قالین بافی نسبت به مردان زنان معیوب بیشتر مصروف کار اند.(ش۲۷)



۲۷

تاپه کاری، لک کاری و رنگ ریزی پارچه ها:

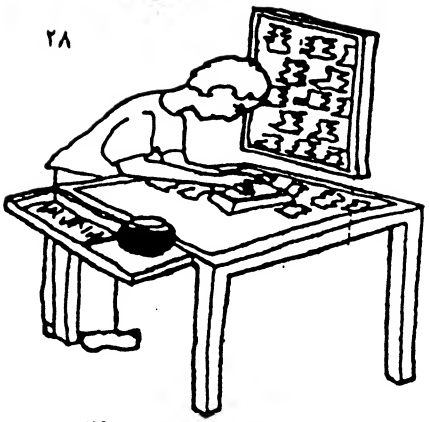
این شغل هم در بعضی از جاهای کشور رایج است اما تعداد کار گران درین ساحه کم است. معیوبین میتوانند به این صنعت دستی مشغول شوند.(ش۲۸)



۲۸

تهیه فرنیچر و چوکی:

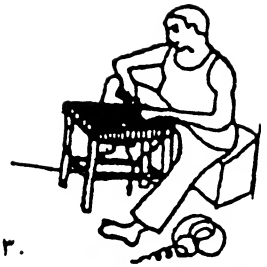
این شغل مخصوص شهر و بازار بوده تعداد کم مردم درآن مشغول اند اما عاید آن قابل ملاحظه میباشد.(ش۲۹)



۲۹

گلدوزی و خامک دوزی:

گلدوزی و خامك دوزی در جامعه ما هوا خواهان زیاد دارند و عده یی از مردم از این راه زنده گی خود را تامین میکنند. این کار برای معیوبین خیلی مناسب خواهد بود.(ش۳۰)



۳۰

جاکت بافی:

جاکت بافی نیز در کشور ما شهرت خوب دارد، این کار را عمدتاً زنها پیش میبرند و عاید نسبتاً خوبی دارد.(ش۳۱)

۳۱

چرمکاری:

چرمکار درقسمتهای مخلتف کشور ما رواج دارد و معیوبین میتوانند به این کار دست یازند.(ش۳۲)

۳۲

حال که انواع کار و طرق مختلف تولید را خواندید، بهتر است در این بخش قسمت دگر کاریابی را نیز بیان نماییم و آن عبارت از آموزش دادن مهارت ها، مشوره دادن در کار و اخذ قرضه برای معیوب است که در بارهٔ هر مواد آن سخنان کوتاهی

۳۳

(ش۳۳)

خواهیم داشت:

طریقه کار. کار یابی چیست؟

هدف ستراتژیك کاریابی عبارت از کمك نمودن به مردان و زنان معیوب از طریق یافتن کار در بازار شغل آزاد یا با شروع نمودن شغل شخصی شان میباشد، تا از نگاه اقتصاد به خود متکی گردند. ستراتیژی بخش کاریابی متشکل از اجزای ذیل می باشد:

۱ - گماشتن مستقیم در کار یا کاریابی.

۲ - آموزش حرفه یی.

۳ - انکشاف شغلهای کوچك.

تمام این اجزا با هم ارتباط دارند و همه شان دارای یك هدف مشترك میباشند. این هدف عبارت از کمك نمودن به معیوبین میباشد تا وظیفه مناسب و بامزد را پیدا کنند.

۱ - مستقیما شامل شدن در کار:

جابر جا کردن یا گمارش مستقیم در کار عبارت از کمك نمودن معیوب برای یافتن کار میباشد. این طریقه صرف برای کسانی مناسب است که مهارت های ضروری کار را دارند. کسانی که مهارت های ضروری یك کار ندارند، تحت آموزش حرفه یی گرفته میشوند.

۲ - آموزش حرفه یی:

آموزش حرفه یی عبارت از جا به جا کردن در جایی است که معیوب بتواند مهارت حرفه یی و تخنیکی را بیاموزد و از آن برای دریافت یك وظیفه و یا به دست آوردن یك عاید استفاده کند. معیوبین میتوانند مهارت را از دو طریق بیاموزند. یك طریقه آن شامل شدن در کورسهای خاص آموزشی بوده و طریقهٔ دومی آن کار کردن در شغلهای موجوده میباشد، طریقه دوم را شاگردی گویند.

الف - شاگردی چیست؟

شاگردی عبارت از این است که شخص معیوب در یك شغل موجود مثل رادیو سازی، ترمیم بایسکل، ساعت وغیره شامل شده و مهارت های مربوط به همان شغل را میآموزد، شاگردی یك نوع آموزش در وظیفه است.

ب - آموزش در کورس یا آموزش گروپی و دسته جمعی:

این نوع آموزش در کورسهای منظم حرفه یی صورت میگیرد. این نوع کورسها مشکل بوده توسط متخصصین محلی تدریس میشود. پیش برد این کورسها پر مصرف بوده لازم است در وقت کمتر صورت گیرد و بطور عموم کمتر از شش هفته.

ج - شامل ساختن در سایر پروگرام های آموزشی:

عبارت از شامل ساختن معیوبین در برنامه های دگر آموزشی میباشد که توسط موسسات دگر مانند موسسات غیر دولتی (NGOs) و موسسات دولتی پیش برده میشود.

اصلاً این برنامه ها به خاطر معیوبین ساخته نشده اما اکثر آنها شامل ساختن معیوبین را در پروگرام های شان به خوبی می پذیرند.

۳ - انکشاف شغل کوچك:

انکشاف شغل کوچك کمك نمودن به معیوبین است تا آنها از یك کار و کسب مناسب آغاز کنند. در پروگرام CDAP انواع کمك های ذیل جهت انکشاف شغل کوچك صورت میگیرد:

۱ . کمك برای برنامه ریزی شغل کوچك.

۲ . وجوه قرضهٔ دورانی.

۳ . خدمات توسعوی شغل.

هرکدام از این سه اصل ذیلاً به طور خلاصه بیان میشود:

کمک برای برنامه ریزی شغل کوچک:

هر معیوب که به خاطر آغاز یك شغل کمك میشود. باید برای طرح و اجرای پلان ساده همان شغل تشویق و کمك شود.

پلان ساده شغل عبارت از یك سند تحریری مختصر است که جنبه های مهم تخنیکی، مالی و بازار یابی‌شغل را بیان کند.

تهیه یك پلان ساده شغل معیوب را کمك میکند که در باره مفکورهٔ شغل خویش بیندیشد. یك پلان ساده شغل معیوب را کمك خواهد کرد که نظریات مربوط به کار خود را اول روی کاغذ امتحان کند تا این که راساً در عمل آن را پیاده کند.

هر معیوب باید تشویق و کمك شود که برنامهٔ شغل خود را تهیه نماید، برای به دست آوردن قرضه، تکمیل نمودن یك برنامه سادهٔ شغل اجباری میباشد.

وجوه قرضه دورانی:

وجوه قرضه دورانی به منظور کمك نمودن به معیوبین (مردان و زنان) میباشد تا یك مقدار کم پول به آنها جهت آغاز و یا انکشاف شغل شان داده شود. این پول برای تهیه اجناس مورد نیاز کارو سرمایه ثابت مورد استفاده قرار میگیرد.

رهنمایی کاریابی:

از همه اولتر در ستراتیژی کار یابی تشخیص نیاز مندی های کار، دلچسپیها و تواناییهای معیوب مهم است. البته این خصوصیات در معیوبین متفاوت است.

تنها و تنها از طریق رهنمایی کاریابی انفرادی میتوان یك روش مناسب را تشخیص نمود.

رهنمایی کاریابی چیست؟

رهنمایی کاریابی عبارت از مراحل کمك نمودن یك معیوب برای انتخاب حرفه یاکسب، آماده گی برای آنست و شامل شدن به آن کسب و حرفه میباشد. در قدم اول باید به معیوب کمك شود که تصمیم خود را گرفته و پیشهٔ آینده خود را انتخاب کند. از معیوب باید پرسیده شود تا در بارهٔ مشکلات و آرزوهای خود صحبت کند و برایش گفته نه شود که چه باید بکند.

از طریق رهنمایی کاریابی شخص معیوب تشویق میگردد تا یك نوع فعالیت حرفه یی را که خود میخواهد آنرا پیش گیرد و چگونه آنرا پیش ببرد انتخاب نماید، جالب بودن حرفه برای شخص معیوب خیلی مهم است. در غیر آن خطر بیشتر خارج شدن معیوب از حرفه وجود دارد. لاکن همیشه ممکن نیست که کار آموز (شاگرد) را مطابق خواهش وی به کار بگماریم. بعضیها توقعات غیر واقع بینانه از خود دارند، در وقت مشوره دادن باید توجه خود را به توانایی های معیوب مبذول داشت، نه به ناتوانی هایی او، توانایی های یك معیوب با پرسیدن سوالهای ذیل تشخیص شده میتواند:

۱. قبلاً چه کار هایی انجام می دادید و چه تجربه کار دارید؟
۲. کدام کورسهای حرفه یی را گرفته اید؟
۳. چی نوع توانایی های حرفه یی دارید؟
۴. مشکلات وظیفه یی معیوبیت شما چیست؟

بخش سوم:

آیا خانواده ها و جامعه یی که معیوبین درآن زنده گی میکنند در بازتوانی و بهبود وضع زنده گی معیوبین چیزی کرده میتوانند؟

متأسفانه اکثراً مردم فکر میکنند که خانواده و جامعه در بازتوانی معیوبین و تغییر وضع زنده گی آنها چیزی کرده نمیتواند و این وظیفهٔ متخصصین در شفاخانه ها است که میتوانند معیوب را تداوی کنند. حتی مردم فکر میکنند که معیوب را میتوان با دوا تداوی کرد. و به این خاطر اکثراً خانواده ها برای بازتوانی معیوبین خود دوا میخواهند و معیوبیت را هم مانند مریضی فکر میکنند که با دوا در مان و تداوی میشود. در حالی که معیوبیت مریضی نیست که با دوا تداوی شود بلکه معیوبیت چیزی است که شخص باید با آن در طول عمر خود زنده گی نموده و آنرا قبول نماید. باید خاطرنشان نمود که میرگی و عادات عجیب وغریب که درین کتاب تشریح شده است معیوبیت نبوده بلکه مریضی است و لذا با دوا تداوی شده میتواند. خانواده ها و جامعه نباید از داشتن اشخاص معیوب مأیوس باشند زیرا آنها میتوانند اشخاص معیوب را بسیار کمك نمایند و در باز توانی آنها نقش موثری داشته باشند در این بخش ما آنچه را که خانواده و جامعه میتواند در بازتوانی معیوبین اجرا نماید تشریح می کنیم.

خانواده چه کرده میتوانند؟

خانواده ها میتوانند اشخاص معیوب را در اجرا نمودن فعالیتهای خانواده یا فعالیت های زنده گی روزانه از قبیل شستن لباس، حمام کردن، آب آوردن، پختن غذا، غربال کردن، از اطفال مراقبت کردن، دوختن، پاك کردن خانه و حویلی، چوب آوردن، ترمیم خانه، کشت سبزیجات، خریداری مواد مورد ضرورت

خانه وغیره آموزش دهند.

امکان دارد که برای شخص معیوب یك تعداد از فعالیتهای خانواده مشکل باشد که آنرا اجرا نماید. شخص معیوب ممکن برای آوردن آب، چوب و لباس شستن ضرورت رفتن به جای دورتری داشته باشد.

برای شخص معیوب غربال کردن و میده کردن ممکن یك کار خسته کن باشد و انجام دادن این کارها شاید بسیار وقت شخص را دربر بگیرد.

امکان دارد شخص معیوب توانایی اجرای یك تعداد از فعالیتها را نداشته باشد در صورتی که همینطور باشد خانواده باید در اجرای فعالیتهای مشکل با وی همکاری نماید.

یك تعداد فعالیتهای به خصوص ممکن موجود باشد مثلاً آب آوردن که شما نمیتوانید شخص معیوب را برای انجام دادن آن آموزش دهید. پس شمامیتوانید که از یك دوست و یا همسایه اش تقاضا کنید که برای شخص معیوب این فعالیت را انجام دهد ممکن در عوض شخص معیوب بتواند یك کار دگری را برای دوست و یا همسایه اش انجام دهد.

چگونه برای شخص معیوب بیاموزانیم که یک فعالیت را انجام دهد؟

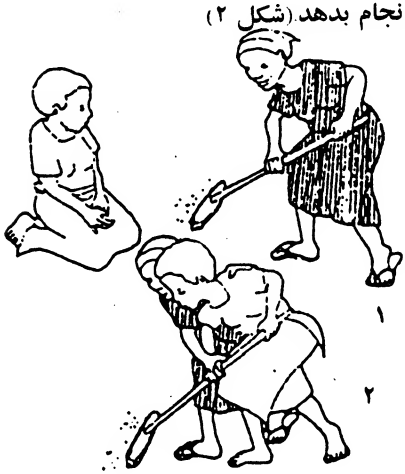
شخص معیوب ممکن قبل از معیوبیت فعالیت های خانواده را انجام میداد و هنوز هم میداند که چگونه آن کارها را انجام دهد.

در صورتی که همینطور باشد هدایات این بخش را تعقیب نمائید تا در آسان ساختن کارها برای شخص معیوب با شما کمك کند.

- شخص معیوب ممکن انجام دادن فعالیتها را فراموش کرده باشد و یا هم قبلاً اجرا نکرده باشد. اگر همینطور باشد شما ضرورت دارید که به اونشان بدهید تا فعالیت ها را اجرا نماید.

• برای درس دادن یك فعالیت، باید اول این فعالیت را خودتان انجام دهید و برای معیوب تشریح و نشان بدهید که چطور شما آنرا انجام میدهید. برای معیوب موقع بدهید تا گوش کرده و فعالیت را ببیند. برای آن شخص موقع داده شود که لمس کرده و احساس کند تا که عملاً بداند که شما فعالیت را چطور اجرا می نمائید. (شکل ۱)

• بعد ازآن از شخص معیوب بخواهید که برای انجام این فعالیت سعی و کوشش نماید. دستان خود را بالای دستان شخص معیوب بگذارید. برایش چانس بیشتر بدهید تا فعالیت را بدون کمك انجام بدهد.(شکل ۲)



• شخص معیوب را هر روز به همین شکل آموزش دهید تا هنگامی که شخص را آموزش میدهید این حرکات را همرایش تکرار کنید. هر بار به وی کمتر کمك کنید تا که وی قادر به انجام دادن عمل بدون کمك شما گردد.

آنچه باید حین تدریس یک شخص معیوب به یاد داشته باشیم:

• اول لازم است که دریابید که شخص معیوب چگونه از شما میآموزد. او ممکن به شما گوش کند، به شما نگاه کند و یا هم در جریان انجام فعالیتها شما را لمس کند. شخص ممکن است در جریان انجام دادن فعالیت یکجا با شما یك فعالیت را خوب یاد بگیرد.

این نقطه را واضح سازید که آن شخص چگونه از شما می آموزد. برای

موصوف به آسان ترین طریقه درس بدهید که یاد بگیرد.

• برای شخص معیوب در یك وقت صرف یك فعالیت را بیاموزانید صرف هنگامی برایش درس فعالیت جدید را شروع کنید که فعالیت قبلی را به خوبی یاد گرفته باشد.

• از فعالیتی شروع کنید که به فکر شما شخص به آسانی یاد گرفته می تواند.

• برای انجام دادن یك کار به طور آسان باید اشیای مورد ضرورت همیشه در عین جای باشد. یك فعالیت وقتی به آسانی انجام شده می تواند که اشیای مورد ضرورت همیشه در عین محل واقع باشد. همچنان انجام دادن یك کار وقتی آسانتر میشود که هر بار به عین طریقه انجام پذیرد.

بناً شخص معیوب را آموزش دهید که اشیآ از قبل ظروف و وسایل را همیشه در عین جا بگذارد و همچنان به او بیاموزانید که کار را هر مرتبه به عین شیوه انجام دهد.

• بعضی اوقات یك شخص معیوب نمی خواهد که فعالیت های خانه را انجام دهد. در این صورت کوشش کنید که او را به انجام این فعالیت ها تشویق نمائید. برایش تشریح کنید که انجام دادن کارها برایش احساس اهمیت و مفیدیت خواهد داد. شخص معیوب می تواند به انجام دادن این کارها فامیل خویش را خوش سازد.

• وقتی که شخص معیوب یك فعالیت جدید را یاد میگیرد و یا آنرا به خوبی انجام میدهد برایش اظهار خوشی نمایید. برایش موقع بدهید که او بداند که فعالیت را به تنهایی انجام داده است.

فعالیت هایی که شخص به انجام دادن آن ضرورت دارد.

پختن:

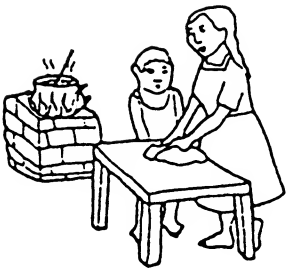
• برای این که صحت مند زنده گی کند شخص معیوب به سبزیجات و میوهٔ تازه و همچنان برنج و یا کچالو ضرورت دارد. برای شخص کمك کنید که وظیفهٔ کشت یا زرع لوبیا و سبزیجات و نخود و میوه هایی که در محیط شما بهتر نشوونما میکند بیا موزد. برای شخص آموزش دهید که هر روز یکمقدار آنها را در غذای روز مرهٔ خود به کار ببرد.

• برای شخص معیوب گفته شود که در جریان پختن غذا کوشش شود که مواد مفیدهٔ آنها مانند و یتامین ها از آن ضایع نشود و غذا را با آب کم برای مدت کوتاه پخته کند و برای مدت زیاد در بالای آتش غذا را پخته نکند. معیوب میتواند از آب با قیمانده به حیث شوربا استفاده نماید.

• برای معیوب درس داده شود که قبل از تهیهٔ غذا و بعد ازآن دستان خود را بشوید. برای او تشریح شود که پاك بودن در جلو گیری از امراض کمك می نماید.(شکل ۳)

• همچنان به معیوب درس بدهید که ظروف و دگر سامان که برای پختن و خوردن به کار می برد قبل و بعد از استعمال خوب بشوید.(شکل ۴)

• ممکن شخص معیوب وقتی که در بالای زمین نشسته باشد در جریان کار به مشکل روبه رو شود در صورتی که همینطور باشد یك میز کوچك را از چوب بسازید تا که او بتواند که غذا را بالای میز آماده سازد. بدین طریق او می تواند



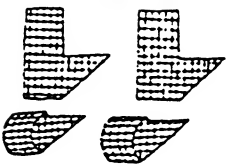
به شکل استاده کار کند. میز در نزدیك دیگران گذاشته شود تا که شخص به بالا و پایین کردن ظروف سنگین مجبور نباشد.(ش۵)

۵

• در صورتی که برای شخص کار کردن در حالت نشستن آسانتر باشد او میتواند که کار خود را بالای میز انجام دهد و چوکی خود را در پهلوی میز بگذارد.

۶

• برای شخص معیوب گفته شود که در جریان بالا کردن ظروف گرم از دستکش (صافی) استفاده کند تا که نسوزد.(ش٦)



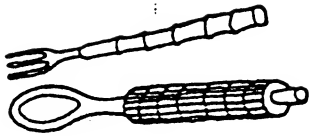
۷

• یکجوره دستکش طوری که در شکل نشانداده شده از تکه تیار کنید.(ش۷)

• دیگدان را اندکی بلند تر بسازید تا شخص در حالت نشسته بالای چوکی پخت و پز کرده بتواند برای بلند ساختن دیگدان از خشت استفاده کرده می توانید.(ش۸)

۹ ۸

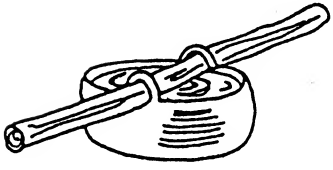
• اگر ضرورت باشد برای محافظت شخص از خشت یك پرده در مقابل دیگدان ساخته شود.(ش۹)



۱۰

• شخص به قاشق های دسته دراز ضرورت دارد تا که به آتش بسیار نزدیك نشود. برایش قاشق دسته دراز بسازید تا که برای پختن غذا از آن کار بگیرد.(ش۱۰)

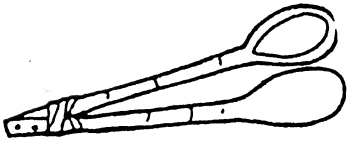
همچنان شما میتوانید برای سرپوش ظروف دسته های طویل بسازید.(ش۱۱)



۱۱

• دسته های ضخیم را شخص به آسانی بلند کرده می تواند برای ضخیم ساختن دسته ها آنرا با پارچه های نی بپوشانید.

• شخص می تواند برای گرفتن غذاهای گرم از آتشگیر استفاده کند. شما میتوانید که این قسم آتشگیر را از چوب بسازید.(ش۱۲)

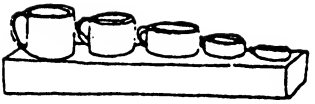


۱۲

• اگر شخص نابینا است و دیده نمی تواند که آب در ظرف می جوشد، او ضرورت دارد که بشنود. در آنصورت یك سنگ کوچك را در ظرف بیاندازید. وقتی که آب به جوش آید سنگ به حرکت می آید و آواز تولید میکند و شخص می شنود و میداند که آب جوش شده است.(ش۱۳)

۱۳

• شخص معیوب به وقت زیاد ضرورت دارد که اندازهٔ انواع مختلف خوراکه ها و مایعات را برای پختن غذا بداند. شما میتوانید که برایش درس بدهید که برای خوراکه و آب ظروف و یا پیمانه هایی به اندازه های مختلف را استعمال کند.(ش۱۴)



۱٤

رفت و آمد به بازار:

• از وسایل بسیار ساده استفاده کنید تا که شخص اشیأ را از خانه به بازار و بر عکس آن انتقال داده بتواند.(ش۱۵)

۱۵

• شما میتوانید که برای شخص کراچی کوچك دو تایره جهت انتقال مواد بسازید.

• و یا شما میتوانید که به شخص بیاموزانید تا از حیوانات مانند خرو اسپ در نقل و انتقال اجناس استفاده کند.(ش۱٦)

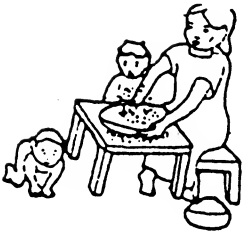
۱٦

میده کردن، آرد کردن وغربال کردن:

• فعالیت های فوق از جمله مشکلترین فعالیت های خانواده می باشد. در صورتی که شما شخصی را آموزش میدهید که غله و دانه خود را میده کرده نمی تواند شخص باید برای انجام کارش کمك بخواهد.

۱۷

• شخص معیوب شاید زمانی که بالای زمین نشسته باشد مشکلات داشته باشد در صورتی که چنین باشد، سنگی را که میده میکند بالای خشتها بگذارید. بعد شخص میتواند در بالای چوکی کوچك بنشیند و مواد را میده کند.(ش۱۷)



۱۸

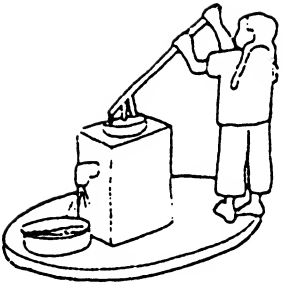
• همچنان شخص معیوب میتواند در حالی که در بالای چوکی نشسته است آرد را غربال نماید.(ش۱۸)

آوردن آب:

• اطمینان حاصل کنید که برای مصرف روزانه شخص معیوب آب پاك موجود است. آب پاك در جلو

گیری از بیماریها کمك میکند.

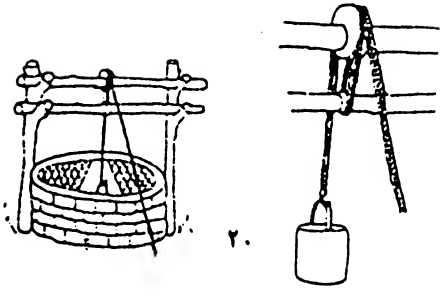
• در صورتی که در جامعه شما منبع و یا یك چاه آب پاك موجود نباشد از بزرگان جامعه کمك بخواهید.



۱۹

• به شخص معیوب درس داده شود که آب را جوش بدهد و بعد برای نوشیدن آنرا سرد کند. این طریق نیز در جلو گیری از امراض کمك میکند.

• واترپمپ ها باید دستهٔ دراز داشته باشد زیرا درینصورت پمپ کردن آب آسان خواهد بود.(ش۱۹)



۲۰

• شخص معیوب شاید از چاه به کشیدن آب ضرورت داشته باشد، در صورتیکه اینطور باشد یك ریسمان را از دو چرخه بگذرانید طوری که در شکل نشانداده شده است. این کار کش کردن سطلها را آسانتر میسازد.(ش۲۰)

• اطمینان حاصل نمائید که ظروف و سطلهایی که برای انتقال آب استفاده می شود زیاد سنگین نباشد زیرا وزن آنها با آب علاوه میگردد و

۳۱

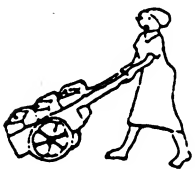
در انتقال آن شخص مشکلات می بیند.(ش۲۱)

۲۲

• و یا شما می توانید از چوب یك بانکی بسازید تا که سطل های آب را انتقال دهد. در دو طرف چوب های بانکی سطلها نصب گردد. بانگی را در بالای شانه می گذارد و بعد آنرا انتقال میدهد.(ش۲۲)

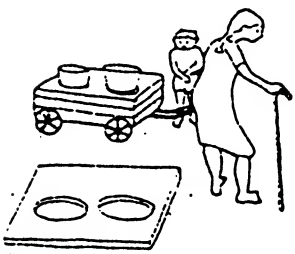
۲۳

• در صورتی که شخص برای آوردن آب ضرورت به طی کردن فاصله زیاد داشته باشد او می تواند که از کراچی کوچك و یا حیوانات برای انتقال آب استفاده کند.(ش۲۳ - ۲٤)



۲٤

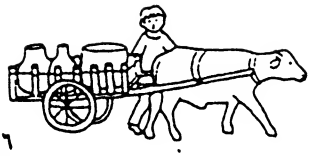
و او می تواند که همان کراچی و یا حیوانات را جهت انتقال مواد از بازار نیز استعمال کند. در صورتی که شخص کراچی دستی استعمال میکند در مابین یك پارچه چوب سوراخ بسازد و در بین همین سوراخ کراچی سطلها گذاشته شود تا از افتیدن سطلها جلو گیری به عمل آید.(ش۲۵)



۲۵

• و یا شخص آن کراچی را

استعمال نماید که از حیوانات مثل اسپ و خر و گاو برای انتقال از آن استفاده می شود.(ش۲٦)



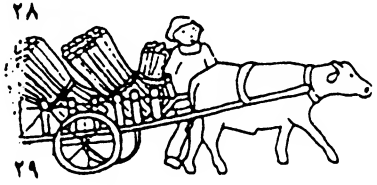
۲٦

آوردن چوب سوخت:

• برای شخص بیاموزانید که برای آوردن چوب سوخت از عین کراچی دستی و یا حیوانات استفاده به عمل آورد.(ش۲۷،۲۸،۲۹،۳۰)

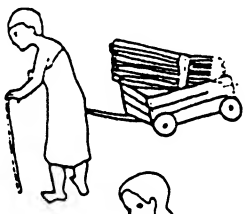
۲۷

۲۸



۲۹

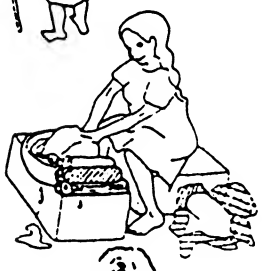
• برای شکستاندن چوب تبرهایی استعمال شود که دستهٔ آن طویل باشد. دستهٔ تبر باید ضخیم ساخته شود تا به آسانی گرفته شود.



۳۰

شستن البسه:

• شخص ممکن برای شستن لباس توانایی نشستن را نداشته باشد در صورتی که همین طور باشد برای شخص درس بدهید که لباس ها را در بالای یك صندوق و یا سنگ بزرگ بشوید.(ش۳۱)



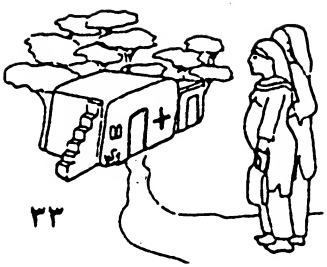
۳۱

• در صورتی که شخص در دریا لباس میشوید برای وی بفهمانید که در بالای یك سنگ بزرگ بشوید.(ش۳۲)

۳۲

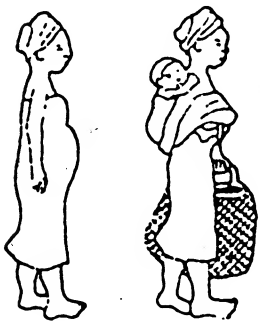
مواظبت نمودن از طفل:

• در صورتی که شما یك زن را آموزش میدهید که حامله باشد او را برای مشاهدهٔ کار کنان صحی به مرکز صحی ببرید. کار کن صحی میتواند او را درس بدهد که چطور از خود محافظت کند و برای ولادت طفل جدید آماده گی داشته باشد.(ش۳۳)



۳۳

• در صورتی که زن امیدوار باشد (حمل داشته باشد) بسیار وزن های سنگین را انتقال ندهد که این هم برای خودش و هم برای کودك خطردارد.(ش۳۴)

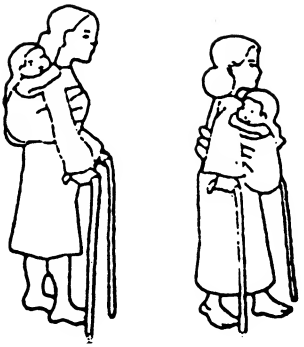


۳٤

• مادران معیوب باید مانند دیگر مادران کودکان خود را از شیر خود تغذیه نمایند.

• شخصی را که شما تحت آموزش دارید ممکن یك مادر باشد که به اثر معیوبیت کودك خود را در بغل خود گرفته نتواند. در صورتی که همین طور باشد برای وی آموزش دهید که بکدام شکل طفل شیر خوار

خود را به پشت خود انتقال دهد و یا اگر آسان باشد میتواند آنرا پیشروی خود انتقال دهد.(ش۳۵)



۳۵

• همچنان اطمینان حاصل کنید که دگر اعضای فامیل به مادر طفل اجازه دهند که از کودك خود مواظبت کند. بدیگر اعضای فامیل بگویید که درین مسؤلیت با مادر شریك شوند.

پاك کردن حویلی و خانه:

• این بسیار خوب خواهد بود که آن جاروب ها و برس هائی که برای پاك کردن حویلی و خانه استعمال می شود دسته داشته باشد.

۳۶

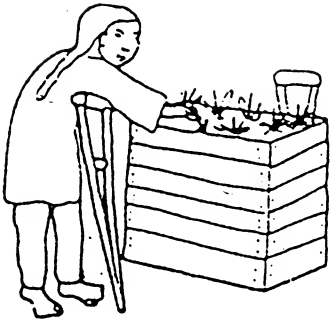
• درینصورت شخص مجبور نخواهد بود که وقت جارو کردن خود را خم کند. به اینترتیب کمر احساس خسته گی نخواهد کرد.

زرع سبزیها:

• برای شخص در بارهٔ زرع سبزیها و میوه ها که برای صرف غذای خانواده ازآن استفاده میشود، آموزش دهید. همراهش در کشت

سبزیها و میوه ها کمك کنید.(ش۳٦)

• ضرور نیست که سبزیجات همیشه در بالای زمین زرع شود شخص میتواند سبزیجات را در ظرف های سفالی وغیره نیز زرع کند و این ظرف ها در جایی گذاشته شود که شخص به بسیار آسانی به آن رسیده گی کرده بتواند.(ش۳۷)



۳۷

فعالیتهای اجتماعی

۳۸

• شخصی را که شما آموزش میدهید شاید ما در کلان، پدرکلان، خواهر، مادر، پدر، خانم، عمه، خاله، کاکا، برادر و یا طفل شما باشد و یا هم شاید دوست و رفیق شما باشد.

شخص معیوب ضرورت دارد که منحیث یك عضو برابر بادگر اعضای خانواده زنده گی کند.(ش۳۸)

او باوجود معیوبیت ضرورت دارد که در زند گی خانواده گی شرکت نماید. هر شخص ضرورت دارد که یك عضو فعال جامعه باشد. شخصی را که شما آموزش میدهید باید قادر به شرکت کردن در فعالیتهای اجتماعی باشد.

• خانواده و جامعه هردو باید برای شخص معیوب شخصیت مساوی بادگر اعضای فامیل و جامعه قایل شوند. خانواده و جامعه نباید به علت ناتوانی از معیوب بیش از حد مراقبت نمایند. آنها نباید بگذارند که شخص فکر کند که به علت ناتوانی اهمیت کمتری نسبت به دگران دارد.

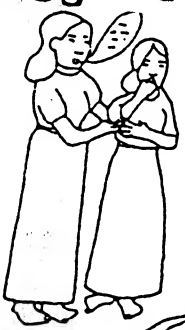
• اشخاص معیوب ممکن توان آنرا نداشته باشند که تمام فعالیتهایی را که اشخاص دگر انجام میدهند آنها نیز انجام دهند. شاید آنها فعالیت های مذکور را به عین شکل انجام داده نتوانند، لاکن خانواده و اجتماع می توانند معیوبین خویش را آموزش دهند تا فعالیت ها را تا حد ممکن انجام دهند.

• بعضی اوقات شخص معیوب نمی تواند بیاموزد که تمام آنچه را که

دیگران انجام میدهند، انجام دهد. پس شخص معیوب باید کمك فامیل و دوستان خویش را برای آنچه انجام داده نمیتواند داشته باشد. خانواده و دوستان شخص معیوب می توانند او را کمك کنند که با وجود معیوبیتش عضو فعال فامیل باشد.

• اشخاص معیوب ممکن در فامیل و جامعهٔ خود خوب پذیرفته نشده باشند. دلایل زیادی برای این موضوع موجود است. بعضی مردم معیوبیت را مجازات برای شخص می دانند، بعضی فکر می کنند که در نتیجهٔ تماس با معیوبین آنها نیز معیوب می شوند. بنا براین عقاید فامیل ها و جوامع بعضی اوقات معیوبین خویش را در خانه نگهمیدارند که این امر باعث می شود که آنها خود را کم اهمیت فکر کنند.

• گپ زدن، دیدن و سلوك بعضی اشخاص بعلت معیوبیت شان بادیگر اشخاص متفاوت می باشد. به این سبب مردم فکر می کنند که اشخاص معیوب مثل آنها نیستند. لاکن انسان باز هم انسانست اگر معیوبیت داشته باشد و یا نداشته باشد.(ش۳۹)



۳۹

• ممکن اطفال و بزرگسالان جامعه توجه نکنند که معیوبین چه می گویند و یا ممکن مشکلات آنها را مورد تمسخر قرار دهند.

٤٠

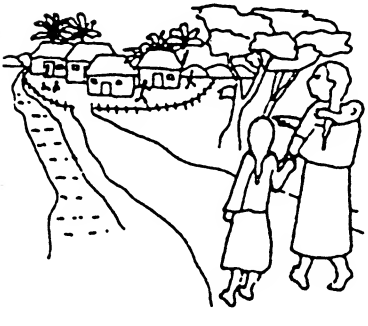
• اشخاصی که بر معیوبین می خندند در مورد اشخاص معیوب زیاد چیزی نمی دانند. آنها در مورد معیوبیت و عوامل معیوبیت چیزی نمی دانند به این علت آنها از معیوبین می ترسند.(ش۴۰)

کمک کردن به اشخاص دیگر تا "معیوبیت" را بدانند:

٤١

• معیوبین ضرورت دارند که دوستان و همسایگان خویش را در قریه ملاقات نموده و بشناسند. کوشش نکنید شخص را که شما آموزش میدهید پنهان نمائید. او مانند دگران ضرورت دارد که با مردم در تماس باشد.(ش۴۱)

• شخص معیوب را با خود به اطراف قریه ببرید تا با مردم ملاقات نموده و در مورد قریه معلومات به دست آورد. شخص را بگذارید که به تنهایی در اطراف قریه گشت و گذار نماید. اگر او این کار را به تنهایی نمی تواند او را آموزش دهید که این کار را انجام دهد.(ش۴۲)



٤٢

• با دوستان و همسایه ها در بارهٔ معیوبیت شخص صحبت کنید. به آنها بگویید که شخص چه کارهایی را انجام داده میتواند زمانی که با شخص در اطراف راه میروید با وی صحبت کنید و آنچه را که در اطراف

شما واقع می شود برایش تشریح نمایید. اگر شخصی را که شما آموزش میدهید دیده نمی تواند، در مورد اشخاصیکه شما ملاقات می کنید برای شخص معلومات دهید.(ش۴۳)

۴۳

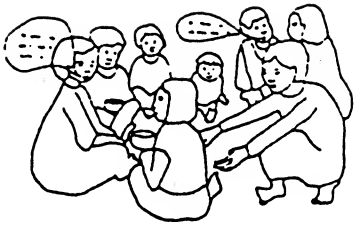
• شخص را با خود به دیدن دوستان و همسایه گان ببرید. بعد ازآن به او یاد بدهید که به تنهایی بدیدن دوستان و همسایه گان برود. زمینهٔ ملاقات شخصی را با هم سنهایش آماده سازید و به آنها کمك کنید که اکثراً باهم ملاقات نموده و دوست شوند.(ش۴۴)

۴۴

• بدیگران توضیح نمایید که معیوبین اکثراً خود را از خانواده و جامعه جدا احساس می نمایند. بگوئید که به این چنین معیوبین کمك کنند تا خود را متعلق به خانواده و جامعهٔ خویش احساس نمایند.

• وقتی که با یك گروهی از افراد هستید شخص معیوب را در مکالمات خود شامل بسازید. خود را مطمئن بسازید که شخص آنچه را که

گفته میشود می فهمد و هم باید به شخص فرصت آنچه را که میخواهد بگوید داده شود. ممکن است ضرورت به این باشد که به شخص وقت بیشتر داده شود که نظرش را بگوید.(ش۴۵)

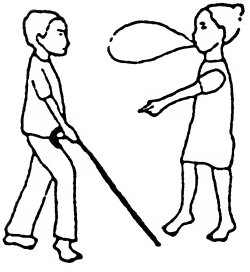


٤٥

اگر مشکل شنوایی داشته باشد و به این سبب به خوبی افهام و تفهیم کرده نتواند، به دیگران بیاموزانید که چطور با شخص افهام و تفهیم نمایند. به آنها بگویید که آنها باید به شخص کمك کنند تا بفهمد آنهاچه میگویند. به آنها بگویید که در غیر آن ممکن است غلط فهمی صورت بگیرد.(ش٤٦)

٤٦

• اگر شخص نابینا باشد، ممکن است او نفهمد که اشخاصی به او نزدیك می شوند. به دوستان و همسایه گان بگویید وقتی که به شخص نزدیك میشوند با او حرف بزنند تا شخص بداند که آنها نزدیك او اند.(ش۴۷)



٤٧

• اگر شخص معیوب طفل باشد، او ضرورت دارد که با اطفال دگر بازی کند و فعالیتهایی را که

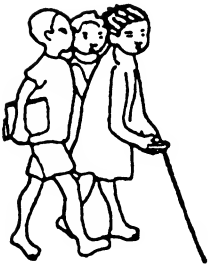
اطفال دگر انجام میدهند، انجام دهد.(ش۴۸)

کودك معیوب ضرورت دارد درسن معینی که کودکان دیگر بمکتب می روند، شامل مکتب شود.(ش ۴۹)

• شخص معیوب را تشویق کنید تا به خاطر کمك به اعضای خانواده کارهای خانه گی را انجام دهد.

۴۸

• به شخص امکانات را میسر بسازید تا او هم در کارهایی که اعضای خانواده با هم انجام میدهند شرکت کند به طور مثال شخص باید با دگر اعضای خانواده یکجا غذا بخورد.



۴۹

• شخص باید در مکالمات خانواده گی اشتراك کند و همچنان شخص معیوب باید در بازیهای خانواده گی سهم بگیرد.

• شخص معیوب باید با فامیل در جشن ها شرکت کند. همچنان فامیل باید شخص را با خود به عروسی و دگر مراسم ببرد.

• اگر شخص معیوب بزرگ

سال باشد و خوش داشته باشد که از دواج نماید برای این کار به او کمك کنید تا خانواده را تشکیل کند.

• اگر شخص معیوب کدام فعالیتی را نمی تواند انجام بدهد، درین مورد با اعضای خانواده صحبت کنید. سعی کنید بفهمید که چرا شخص نمی تواند این فعالیت را انجام دهد. کوشش کنید برای شخص روش هایی را پیدا کنید که فعالیت را انجام دهد.

• برای شخص معیوب در مورد مجالس و فعالیت های مذهبی و دیگر فعالیت های جامعه معلومات بدهید. از او سوال کنید که آیا می خواهد که درین فعالیت ها شرکت کند.

• اگر شخص به تنهایی به محل وقوع این فعالیت ها رفته نمی تواند او را با خود به آن محل ببرید.

• شما باید مطمئن باشید که نام شخص معیوب برای انتخابات ثبت شده است به این ترتیب او رای داده خواهد توانست.

• ممکن است که شما و شخص معیوب فکر کنید که برای معیوبین جامعه می توان کارهای بیشتری را انجام داد. در این صورت برای معیوبین انجمن کوچکی تشکیل دهید.

اشخاص با معیوبیت های مختلف و والدین اطفال معیوب می توانند این انجمن های کوچك را تشکیل نمایند.

این انجمن می تواند مسؤولیت بگیرد تا معیوبین در جامعه امکانات مساوی با دگران را داشته باشند.

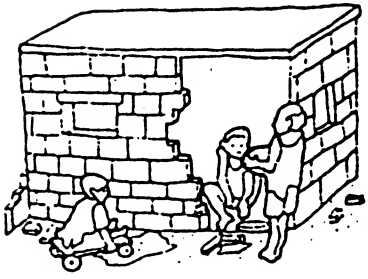
معیوبین باید قادر باشند که از تمام خدمات جامعه استفاده کنند از قبیل کار کردن، خانه داشتن، مکتب رفتن، وسیله نقلیه داشتن، آب آشامیدنی داشتن و در فعالیت های اجتماعی شرکت کردن.

• شما می توانید به اطفال معیوبی که یتیم اند نیز کمك نمایید. افراد

محل و مخصوصاً افرادی را که از خود اولاد ندارند تشویق نمائید که این اطفال را به فرزندی بگیرند.

• شما می توانید به اشخاص کلان سال و معیوبی که فامیل نداشته و ضرورت دارند که با دگر خانواده ها زنده گی نمایند، نیز کمك نمائید. از اقارب این معیوبین بخواهید تا ازین اشخاص مراقبت نمایند. به اقارب شخص که از وی مراقبت می نمایند کمك نمایید. این کمك ها می تواند به شکل پول، مواد غذائی، لباس و یا خانه باشد.

• شاید بعضی از معیوبین ضرورت داشته باشند که در خانه های شان تغییراتی به وجود آورند تا بتوانند به آسانی در بین خانه حرکات نمایند. به طور مثال دروازه در آمد باید کلان باشد تا شخص معیوب بتواند همراه بایسکل معیوبین خود رفت و آمد نماید.(ش۵۰)

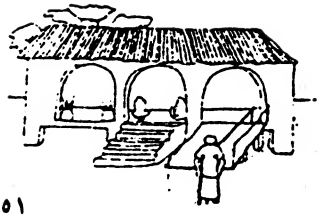


۵۰

از افراد بخواهید که به معیوبین در ساختن و تغیر دادن و ترمیم کردن خانه های شان کمك نمایند.

• اگر تعمیرات محل شما زینه داشته باشند، رفت و آمد به این تعمیرات برای افراد معیوب مشکل خواهد بود. شما می توانید به عوض زینه از سطح شیب دارو یا سطح مایل

استفاده نمائید تا همه افراد بتوانند در آن تعمیرات به آسانی رفت و آمد نمایند.(ش۵۱)



۵۱

• شاید در محل شما وسایل ترانسپورتی مختلف مانند سرویس، اسپ و کراچی وجود داشته باشد. دقت نمایید که معیوبین برای رفت و آمد ازین وسایل ترانسپورتی استفاده کرده بتوانند.(ش۵۲)

۵۲

• جامعهٔ شما باید به معیوبین کمك نمایند تا معیوبین بتوانند برای جامعهٔ خود افراد مفیدی باشند. افراد معیوب هم می توانند در رشد محیط و رفع ضرورت های افراد جامعه کمك نمایند. دقت نمائید که برای افراد معیوب امکان اجرای این کارها داده شود.

فراهم ساختن تعلیمات مکتب برای اطفال معیوب

۵۳

• مکتب رفتن به اطفال آموزش میدهد. تعلیم به اطفال می آموزاند تا در مورد جهان معلومات بدست آورده و عضو مفیدی برای جامعه خود باشند.(ش۵۳)

• شاید بعضی از اطفال معیوب نتوانند مانند دیگر اطفال خواندن و نوشتن و حساب کردن را یاد بگیرند ولی به دلایل ذیل ضرور است که این اطفال به مکتب بروند:

• مکتب رفتن به اطفال کمك می کند تا در آینده متکی به خود شوند.

• مکتب رفتن اطفال را آماده می سازد که کار کنند و عایدات به دست آورند.

• مکتب رفتن به اطفال یاد میدهد که چطور بادیگر اطفال رفتار و رویه نمایند و یا چطور یکجا با دیگران کار کنند. همچنان مکتب رفتن به اطفال سالم یاد میدهد که چطور با اطفال معیوب گذران نمایند.

• مکتب رفتن توانایی های اطفال را رشد میدهد.

• مکتب رفتن به اطفال یاد میدهد که قوانین را قبول کرده و خود را مسؤول بدانند.

• مکتب رفتن به اطفال کمك می کند که با دیگر افراد روابط دوستانه

داشته و خود را وابسته به یك گروپ بدانند.

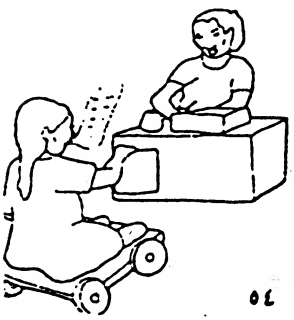
• مکتب رفتن به اطفال فعالیت هایی را یاد میدهد که به آنها کمك می کند که عضو مفیدی برای فامیل و محل خود باشند.

انجام دادن آنچه برای مکتب رفتن اطفال نیاز دارید

• ضرور است که کودك معیوب به مکاتبی که دیگر کودکان می روند، شامل گردند. از هر ده طفل معیوب هشت تا نه طفل می توانند از رفتن به مکاتب عادی استفاده کنند.

• اگر در محل شما مکتب وجود نداشته باشد برای باز کردن یك مکتب اقدام کنید. درین باره با مسؤول تعلیم و تربیه ولسوالی صحبت کنید و از وی کمك بخواهید که یك مکتب را در محل شما باز نماید.

• معلمین مکتب را ملاقات کنید و در مورد این که چطور اطفال معیوب تعلیم داده شوند با آنها صحبت نمایید.



٥٤

مکتب رفتن برای جوانان

• همه جوانان و همچنین جوانان معیوبی که خواندن، نوشتن و حساب کردن را یاد ندارند به تعلیمات مکتب ضرورت دارند. این وظیفه شماست که به آنها کمك کنید تا خواندن و نوشتن و حساب کردن را یاد بگیرند.

,, ٥٤ ش ,,

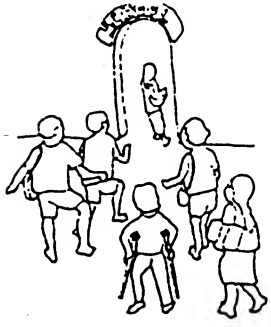
با یاد گرفتن این کارها، آنها می توانند به فامیل و محیط خود مفید تر واقع شوند.

• اگر تعداد جوانانی که به تعلیمات مکتب ضرورت دارند کم باشد، آنها می توانند در صنف های درسی که در مکتب وجود دارد درس بخوانند و اگر تعداد جوانان زیاد باشد برای آنها در مکتب یك صنف مخصوص ترتیب کنید.

• اگر جوانان از طرف روز مصروف فعالیت های دیگر باشند برای آنها صنف های شبانه ترتیب نمائید.

به مکتب رفتن و به خانه آمدن

• خود طفل باید توانایی رفتن به مکتب و آمدن به خانه را داشته باشد. در صورتی که طفل قادر به انجام آن نباشد به او آموزش دهید.



۵۵

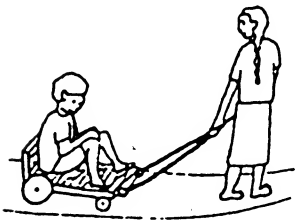
• برای این که به طفل در قسمت رفتن به مکتب و آمدن بخانه کمك کرده باشیم همیشه باید بهمان راهی که شما همراهش یکجا میروید، برود. وقتی که شما قدم میزنید به آن اشیائی که در راه تان می آید اشاره کنید. به طفل چیزهای عمده مانند درخت ها و خانه ها را نشان بدهید و به صداهای دریا، سرکها و مردمیکه کار می کنند اشاره کنید.(ش۵۵)

• همرای کودك خود برای مدت زیاد از خانه به مکتب و از مکتب به خانه همراهی کنید. این طریقه است که طفل مسیر راه خود را شناخته و آنرا پیدا کرده میتواند.(ش٥٦)

٥٦

• ممکن است که طفل توانایی قدم زدن را نداشته باشد و یا ممکن او بسیار وزن داشته باشد که از یکجا به جای دگری انتقال یابد.

• پس درینصورت از کراچی و یا از حیوانات جهت انتقال آن استفاده به عمل آید. طفل باید به صورت منظم به مکتب رفته و پابند وقت باشد اینست که طفل در صورت موجودیت خود با دگر اطفال احساس راحتی می نماید.(ش٥٧)

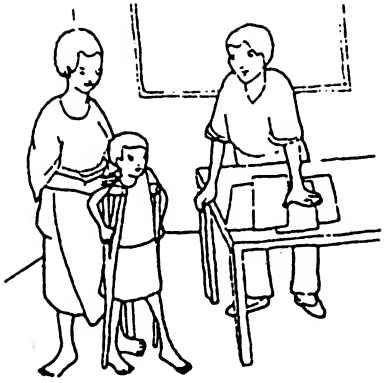


٥٧

در بارهٔ طفل در مکتب:

• زمانی که شما طفل را به مکتب می برید نقاط ذیل را برای معلم تشریح کنید که طفل قادر به انجام کدام کارها میباشد. برای معلم گفته شود که طفل چطور در چار

اطراف خود حرکت میکند، چطور گپ میزند، طفل با چه مشکلات مواجه است. طفل چند مرتبه ضرورت به استفاده از بیت الخلا دارد.(ش۵۸)



۵۸

• از معلم پرسیده شود که طفل در خانه چه را باید بیاموزد. طفل را در اجرای کار خانه گی مکتب کمك کنید. یکی از اعضای خانواده و رفیق، همسایه و یا همصنفی هایش میتوانند او را کمك کنند.(ش۵۹)

۵۹

• در روزهای اول شروع مکتب ممکن به شما ضرورت باشد که با طفل در مکتب بمانید که این موضوع برای شناخت طفل با دگر اطفال کمك میکند.

• طفل باید در فعالیت های مکتب اشتراك نماید. این فعالیت ها عبارتند از بازی کردن در مکتب، سپورت، موسیقی وغیره.(ش۶۰)

۶۰

• وقتی که یك طفل معیوب در مکتب باشد امکان دارد درآن جا با دگر اطفال با یك سلسله مشکلات مواجه باشد. امکان دارد که اطفال

دگر او را به نام بد یاد کرده و آزار بدهند و یالت و کوب کنند در صورتی که چنین باشد با معلم صحبت شود و از معلم طالب کمك و مشوره شوید.

• معلم شاید سعی کند تا رویه و سلوك اطفال دیگر را تغیر دهد. ممکن او برای اطفال دیگر در بارهٔ معیوبیت طفل معلومات بدهد.

• در صورتی که ضرورت باشد معلم می تواند با والدین دگر اطفال صحبت کند تا اطفال خود را توصیه کنند که طفل معیوب را آزار ندهند و در عوض به او کمك کنند.

• در ختم سال تعلیمی با معلم صاحب مکتب ملاقات کنید و در باره کار و فعالیت معیوب یك جا بحث کنید. از معلم راجع به مشکلاتی که طفل به آن روبه رو است پرسان کنید.

نقش شما در جلو گیری از معیوبیتها

• هر جامعه باید برای بهتر ساختن وضع صحی مردم کوشش نماید. اگر وضع صحی همه مردم خوب باشد مردم کمتر به مریضی دچار میشوند و اگر مردم کمتر مریض شوند، معیوبیت ها هم کمتر میشوند.

• شما میدانید که تعداد زیاد معیوبین در محل شما وجود دارد. شما باید دریابید که افراد جامعه برای جلو گیری از معیوبیتها چه کرده میتوانند.

خدمات مراقبت صحی برای جامعهٔ تان

برای جلو گیری از معیوبیتها و تأمین صحت خوب باید مردم در مورد ذیل آموزش بگیرند:

۱. آموزش در مورد عادات صحی

۲. آموزش در مورد غذاهای صحی خوردن غذای کافی.

۳. مراقبت از زنان حامله، ما دران جوان، کودکان و اطفال.

۴. معلومات در مورد پلان فامیلی.

۵. واکسین کردن اطفال و دگر افراد محل در مقابل امراض میکروبی که اکثر آنها باعث معیوبیتها می شود.

٦. معلومات در بارهٔ تهیهٔ آب آشامیدنی صحی و شرایط اساسی صحی.

۷. تداوی امراض عمومی مانند اسهالات اطفال، تب، ملریا، سل و جذام.

• بسیاری جوامع محلی برای بهتر ساختن وضع صحی مردم و معیوبین یك کمیته را تشکیل میکنند که بنام کمیتهٔ باز توانی معیوبین و یا بنام کمیته صحی یاد میشود. کمیته مذکور باید این خدمات را به افراد محل انجام دهد.

معمولاً خدمات برای جلوگیری از امراض توسط کار مندان صحی در محلات اجرا میشود. کارمندان صحی در بهتر ساختن وضع زنده گی مردم کمك مینمایند.

بهتر ساختن وضع صحی افراد جامعه

(۱) - تعلیمات صحی:

• هر جامعه باید برای بهتر ساختن وضع صحی افراد کوشش نماید. افراد محل را تشویق نمایید که به وضع صحی شان توجه نمایند. به آنها در مورد امراضی که در محل شما عمومیت دارد و همچنان در مورد علت این امراض معلومات دهید. به آنها بگویید که امراض باید هر چه زود تر تداوی گردند تا از معیوبیت ها جلو گیری شود. به آنها طرق ساده تداوی امراض را یاد بدهید.

• به افراد محل روشهای جلو گیری از مریضیهایی را که در محل شما عمومیت دارند، یاد بدهید.

(۲) - آموزش در مورد مواد غذایی:

• برای این که افراد صحت مند باشند باید از غذاهای مختلفی که به

بدن ضروری است به قدر کافی استفاده نمایند. غذای خوب به وجود قوت میدهد تا کارهای روزانه را اجرا نماید.

• خوردن غذای خوب از معیوبیتها هم جلو گیری میکند به طور مثال اکثراً نابینایی ها به این علت به وجود میآید که در غذای آنها ویتامین A وجود ندارد.

• به افرادی که در محل تان زمین زراعتی دارند کمك کنید که حبوبات، ترکاری ها و میوه ها را کشت کنند. آنها میتوانند ازین مواد غذایی در غذای روزانهٔ شان استفاده نمایند.

• همچنان به افراد محل کمك کنید که از حیوانات مانند گوسفند، بز، مرغ، گاو و ماهی نگهداری نمایند و از گوشت، شیر و تخم آنها استفاده نمایند.

• دقت نمائید که از مواد غذائی که از محل شما به دست می آید خوب نگهداری شود. همه مواد غذایی را در جاهایی نگهداری کنید که موشها و باران به آنها ضرر نرساند.

• در خانهٔ خود هم از مواد غذایی و آب آشامیدنی حفاظت کنید. وروی ظرف هایی را که آب و یا مواد غذایی دارند بپوشانید.

(۳) - مراقبت های خاص از ما دران و اطفال:

• اطفال که صحت مند نباشند اکثراً مریض شده و به زودی معیوب میگردند. ما دران جوان باید از اعضای فامیلهای شان مراقبت نمایند. تا خودشان هم صحتمند با شندو ظایف خود را به خوبی انجام داده بتوانند افراد محل باید از وضع صحی ما دران جوان و اطفال شان به صورت خاص مراقبت نمایند.

• کوشش کنید که به زنان حامله مشوره های لازم داده شود تا کودکان شان صحت مند تولد گردند. ما دران باید در زمان حامله گی و همچنان در زمانی که طفل شان را شیر میدهند، غذای خوب و کافی داشته باشند مادران جوان را

تشویق نمایید که کودکان شان را تا زمانی که ممکن است از شیر خود تغذیه نماید.

(۴) - معافیت های اطفال:

• امراضی را که از اثر میکروب ها به وجود می آیند، معیوبتهای زیادی را به وجود آورده و اکثر اوقات باعث مرگ کودکان و اطفال میگردند. برای جلو گیری از معیوبیتها و مرگ و میر کودکان و اطفال را در مقابل امراض میکروبی واکسین کنید و به این ترتیب اطفال به امراضی مانند سل، دیفتری، سیاه سرفه، تیتانوس، فلج و سرخکان د چار نخواهد شد.

(۵) - تهیه آب آشامیدنی:

• آبهای نا پاك امراض زیادی را به وجود می آورند. کوشش کنید که افراد محل تان از آب های پاك استفاده کنند.

• سرچاه های آب را بپوشانید تا آب آنها ناپاك نشود.

• شاید بعضی از افراد معیوب بتوانند برای خود آب پاك تهیه نمایند. در این صورت از یکی از افراد محل بخواهید تا در آوردن آب به وی کمك نماید.

• اگر آب گرد و خاك داشته باشد اول آنرا بجوشانید و بعد از سرد شدن از آن استفاده نمایید این کار از امراض جلو گیری خواهد کرد.

(٦) - مراعات کردن نظافت:

• کثافت امراض زیادی را به وجود می آورد. برای جلو گیری از امراض هر شخص باید دستها و بدنش را پاك نگاه کند.

به اعضای جامعهٔ خود بفهمانید که پاکیزه گی چگونه میتواند از امراض و معیوبیتها جلو گیری نماید.

• کار مندان صحی باید به مردم در مورد عادت صحی مانند هر روز حمام کردن، پوشیدن لباسهای پاك و شستن دندانها معلومات بدهند.

• کوشش کنید که در محل شما آب پاك برای حمام کردن مردم وجود

داشته باشد.

(۷) - استفاده کردن از تشناب:

• مواد غایطه امراض زیادی را بوجود می آورد. به افراد محل خود یاد بدهید که برای رفع ضرورت از بیت الخلا استفاده نمایند. به این ترتیب اشخاص، حیوانات و مگسها به مواد غایطه آلوده نگردیده از امراض زیادی جلو گیری به عمل می آید.

• در محل خود بیت الخلا های کافی بسازید و نیز بیت الخلا را طوری بسازید که اشخاص معیوب از انها استفاده کرده بتوانند.

• برای این بیت الخلا ها سر پوش دسته دار تهیه کنید تا در وقتی که از آن استفاده نمیشود، سوراخ آب باسر پوش بسته شود.

(۸) - محل انداختن کثافات:

• کثافات امراض زیادی را بوجود می آورند. به افراد محل بگویید که کثافات را در جایی بیاندازند که افراد، حیوانات و مگسهای به آن آلوده نشوند. دور نگهداشتن کثافات از محل زنده گی از امراض جلو گیری می نماید.

• همچنان این کار باعث پاکی و مقبولی قریه میگردد. کوشش کنید که افراد محل خانه ها و باغچه های شان را پاك نگاه کنند. به آنها یاد بدهید که کثافات راجمع کرده و در چقوریها بیاندازند هر مرتبه که کثافات را در بین چقوری میاندازند، روی کثافات را با خاك بپوشانند.

(۹) - جلو گیری از حادثات:

• اکثر معیوبیت ها در اثر حادثاتی که در خانه و یا محل کار رخ میدهد، بوجود می آیند. افراد جامعه را تشویق کنید که از وقوع حادثات در جامعه جلو گیری نمایند.

مصؤنیت بالای سرکها:

• افراد محل، جوانان و اطفال باید یاد بگیرند که بدون خطر از سرکها استفاده نمایند.

• کوشش کنید که در سرکها و یا کوچه هایی که افراد محل رفت و آمد میکنند، سنگ، بته و یا چقوری وجود نداشته باشد. این کار استفاده از سرك رابی خطر میسازد.

• به افراد محل یاد بدهید که همیشه در کنار سرك راه بروند و به سمتی حرکت کنند که موترها به طرف شان میآیند (یعنی مقابل حرکت ترافیك)

مصؤنیت در خانه و محل کار:

• همیشه از چراغ هایی استفاده کنید که بی خطر بوده و چپه نشوند زیرا چراغ باید از موادی ساخته شده باشد که نشکند و یا آتش نگیرد.

• دور چاه ها و اجاق ها را با خشت و یا با جالی احاطه کنید تا مردم در بین چاه و یا اجاق نیافتند. کودکان و اطفال خود را تنها نزدیك اجاق نگذارید اشیا را در اطراف اجاق ها نگذارید، زیرا ممکن است پای افراد به این اشیا بند شده و دربین اجاق بیافتند.

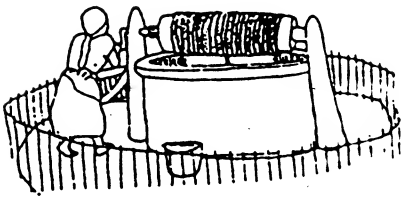
• شاید بعضی از افراد مواد کیمیاوی و یا زهری را که در زراعت از آن استفاده مینمایند. در خانه های شان و یا در زمینهای زراعتی شان نگهداری نمایند کوشش کنید که افراد محل این مواد را در جاهای محفوظ نگهداری نمایند. دقت کنید که این مواد به دسترس اطفال قرار نگیرند. اشخاصی که ازین مواد استفاده می نمایند باید بعد از استفاده از مواد مذکور دست هایشان را خوب بشویند. شخصی که ازین مواد استفاده مینمایند نباید بدون شستن دست هایش غذا پخته کند. اگر با دست های نا شسته غذا پخته کند، مواد زهری به غذا داخل شده و شخصی که غذا را میخورد مسموم میشود.

• دور چاه های آبرا با خشت و یا جالی سیمی احاطه کنید تا مردم در بین چاه نیافتند.

۶۱

• به اشخاصی که به درختان بلند بالا میشوند یاد بدهید که برای جلو گیری از افتادن از کمر بند استفاده نمایند.(ش۶۱)

• روی ماشین هایی که سبب صدمه میشود بپوشانید.(ش۶۲)



۶۲

• به افراد محل بگویید که اشیای سنگین را به تنهایی بلند نکنند.

• به افراد محل بگویید تا در وقت برداشتن اشیای داغ از دستکش و یا صافی استفاده نمایند.

• اگر در محل شما دریا و جود داشته باشد به افراد محل آب بازی را یاد بدهید بدین ترتیب افراد در آب غرق نخواهند شد.

(۱۰) - استعمال دوا های نشه آور و تنباکو:

• در اثر استعمال دواهای نشه آور و استعمال تنباکو هم معیوبیت به وجود می آید.

• اگر در محل شما استعمال دواها و تنباکو زیاد رواج داشته باشد در مورد این مشکلات با افراد محل صحبت کنید به کمك شخصیتهای مذهبی راهی را برای جلو گیری ازاین عادات بد پیدا نمایید تا از معیوبیتهایی که در اثر این عادات به وجود میآیند جلو گیری شده باشد.

PROPERTY OF ACKU 8015